

健康に関するアンケート調査 報告書

令和 7 年 2 月

大田区

目 次

第1部 調査実施の概要	1
1. 調査の目的	3
2. 調査の方法等	3
3. 回収結果	4
4. 地域区分	7
5. 調査結果を見る上での注意事項	9
第2部 健康に関するアンケート調査結果	11
1. あなた自身について	13
（1）地域	13
（2）性別	13
（3）年齢	14
（4）就労形態	15
（5）加入している健康保険	16
（6）身長・体重（BMI）	17
2. 健診・検診について	20
（1）健診の受診状況	20
（2）健診を受けていない理由	24
（3）大田区が行っているがん検診の認知度	29
（4）がん検診の受診状況	31
（5）がん検診を受けていない理由	36
（6）がんとの関連性	42
（7）がん発病後の地域での暮らし	45
3. 食生活について	46
（1）朝食の摂取状況	46
（2）日頃の食生活で気をつけていること	50
（3）主食、主菜、副菜をそろえた食事の回数	55
（4）野菜の1日の摂取量	57
（5）果物の1日の摂取量	59
4. 健康づくりについて	61
（1）健康状態	61
（2）運動の状況	69
（3）運動をしようと思う条件	74
（4）1日の歩数	78
（5）各種活動への参加状況	81
5. 妊娠・出産について	82

(1) 妊娠・出産に関する相談場所の認知度	82
6. こころの健康について	86
(1) 1日の平均睡眠時間	86
(2) 睡眠による休養の状況	88
(3) ストレスの状況	90
(4) ストレスの解消方法	92
(5) こころが不調な時に相談できる人の有無	95
7. 自殺対策について	97
(1) こころの健康や自殺に関する相談先	97
(2) 「死にたい」と打ち明けられた場合の対処法	98
8. アルコール・たばこについて	99
(1) 1日あたりの飲酒量	99
(2) 喫煙状況	101
(3) 受動喫煙の経験場所	103
(4) COPDの認知状況	106
9. 歯の健康について	108
(1) デンタルフロスや歯間ブラシの使用状況(週1回以上)	108
(2) 歯周病と喫煙及び糖尿病の関連性の認知度	109
(3) 固いものでもよく噛んで食べることができるか	111
(4) オーラルフレイルの認知度	113
(5) 口腔ケアと誤えん性肺炎の関連性の認知度	114
10. 感染症対策について	115
(1) 結核の認知度	115
(2) HIV／エイズの認知度	117
(3) 感染症予防策の実践状況	119
11. 地域医療について	122
(1) かかりつけ医の有無	122
(2) かかりつけ歯科医での定期検診状況	127
(3) 休日診療や相談事業の認知度	129
(4) 緊急医療救護所の認知度	131
(5) 在宅医療の制度や仕組みの認知状況	131
(6) サービスや情報誌の認知状況	132
12. 生活衛生対策について	133
(1) 食品衛生の注意点	133
13. 自由記述	134
(1) 心身ともに穏やかな人生100年を送るために大切なこと(FA)	134
(2) 健康に関する意見(FA)	137

1. あなた自身について	141
(1) 地域	141
(2) 性別	141
(3) 身長・体重 (BMI)	142
2. 日頃の生活について	145
(1) 1日の平均睡眠時間	145
(2) ストレスの状況	147
(3) 運動の状況	148
(4) 1日の運動時間	149
(5) 健康状態	150
(6) 健康で気をつけていること	154
3. こころの健康について	161
(1) 思春期についての認知状況	161
(2) 相談できる人の有無	162
4. 食生活について	163
(1) 朝食の摂取状況	163
(2) 夕食の摂取状況	165
(3) 主食、主菜、副菜をそろえた夕食の頻度	167
(4) 夕食を一緒に食べる相手	169
(5) 食事を残したときに、「もったいない」と思う頻度	171
5. 歯の健康について	173
(1) むし歯以外での歯医者への通院	173
(2) ゆっくりよくかんで食べる状況	175
(3) ていねいな歯みがきの習慣	177
 第4部 資料編	 179
1. 健康に関するアンケート調査票	181
2. 健康に関するアンケート（小学6年生）調査票	193

第 1 部 調査実施の概要

1. 調査の目的

区民の健康に関する意識や習慣などを把握し、平成31年3月に策定した「おおた健康プラン（第三次）」の評価及び次期計画策定のための基礎資料とする。

2. 調査の方法等

調査は、下記の2種類を実施した。調査の方法等は次のとおりである。

（1）健康に関するアンケート

	内 容
①対象及び対象数	・大田区在住の18歳以上の男女 4,000人
②方法	・抽出方法：住民基本台帳からの層化無作為抽出 ・調査方法：郵送配布－郵送・インターネット併用回収 ※電子申請（東京共同電子申請・届出サービス）を使用
③期間	・令和6年9月11日～9月30日 ※調査期間後に回収した調査票については、できる限り集計に反映させた
④内容	1 あなた自身について 2 健診・検診について 3 食生活について 4 健康づくりについて 5 妊娠・出産について 6 こころの健康について 7 自殺対策について 8 アルコール・たばこについて 9 歯の健康について 10 感染症対策について 11 地域医療について 12 生活衛生対策について 13 自由記述

（2）健康に関するアンケート（小学6年生）

	内 容
①対象及び対象数	・大田区在住の小学6年生 1,300人
②方法	・抽出方法：住民基本台帳からの層化無作為抽出 ・調査方法：郵送配布－郵送回収
③期間	・令和6年9月20日～10月18日
④内容	1 あなた自身について 2 日頃の生活について 3 こころの健康について 4 食生活について 5 歯の健康について

3. 回収結果

(1) 健康に関するアンケート

- ①標本数 4,000人
 ②有効回収数 1,243人
 ③有効回収率 31.1%
 ④性／年代別回収状況

	男性			女性			合計		
	A	B	C	A	B	C	A	B	C
	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)	標本数 (人)	有効 回収数 (人)	有効 回収率 (%)
全 体	1,980	543	27.4	2,020	690	34.2	4,000	1,243	31.1
18・19歳	34	6	17.6	33	5	15.2	67	11	16.4
20歳代	349	50	14.3	341	72	21.1	690	125	18.1
30歳代	322	59	18.3	302	90	29.8	624	150	24.0
40歳代	334	71	21.3	317	92	29.0	651	165	25.3
50歳代	364	98	26.9	339	119	35.1	703	220	31.3
60歳代	237	93	39.2	226	100	44.2	463	193	41.7
70歳代	211	104	49.3	235	117	49.8	446	221	49.6
80歳以上	129	61	47.3	227	88	38.8	356	149	41.9
(無回答)		1			7			9	

※有効回収数(=B)については、調査票の性別を無回答だった方(「回答しない」含む)が10人おり、性別が無回答でも年齢は回答した人もいることから、男女の人数を足しあわせても「合計」の人数とは必ずしも一致しない。

※ $C = B / A * 100$

⑤地域別回収状況

	A	B	C=B/A*100
	標本数(人)	有効回収数(人)	有効回収率(%)
全 体	4,000	1,243	31.1
大森地域	1,232	401	32.5
調布地域	1,016	336	33.1
蒲田地域	1,215	363	29.9
糀谷・羽田地域	537	143	26.6

⑥地域別、性／年代別回収状況

		大森地域			調布地域		
		A	B	C	A	B	C
		標本数 (人)	有効回収数 (人)	有効回収率 (%)	標本数 (人)	有効回収数 (人)	有効回収率 (%)
男 性	全 体	614	185	30.1	477	136	28.5
	18・19歳	10	2	20.0	9	2	22.2
	20歳代	110	14	12.7	76	13	17.1
	30歳代	106	22	20.8	70	16	22.9
	40歳代	106	24	22.6	83	17	20.5
	50歳代	110	32	29.1	92	32	34.8
	60歳代	70	34	48.6	64	23	35.9
	70歳代	63	34	54.0	50	20	40.0
	80歳以上	39	23	59.0	33	12	36.4
女 性	全 体	618	213	34.5	539	199	36.9
	18・19歳	9	1	11.1	9	1	11.1
	20歳代	103	18	17.5	79	17	21.5
	30歳代	98	28	28.6	75	32	42.7
	40歳代	100	37	37.0	90	24	26.7
	50歳代	100	32	32.0	100	37	37.0
	60歳代	67	33	49.3	65	23	35.4
	70歳代	72	35	48.6	61	32	52.5
	80歳以上	69	27	39.1	60	30	50.0

		蒲田地域			糺谷・羽田地域		
		A	B	C	A	B	C
		標本数 (人)	有効回収数 (人)	有効回収率 (%)	標本数 (人)	有効回収数 (人)	有効回収率 (%)
男 性	全 体	620	158	25.5	269	64	23.8
	18・19歳	11	1	9.1	4	1	25.0
	20歳代	111	14	12.6	52	9	17.3
	30歳代	104	16	15.4	42	5	11.9
	40歳代	102	22	21.6	43	8	18.6
	50歳代	112	25	22.3	50	9	18.0
	60歳代	73	26	35.6	30	10	33.3
	70歳代	69	36	52.2	29	14	48.3
	80歳以上	38	18	47.4	19	8	42.1
女 性	全 体	595	201	33.8	268	77	28.7
	18・19歳	10	3	30.0	5	0	0.0
	20歳代	102	29	28.4	57	8	14.0
	30歳代	90	20	22.2	39	10	25.6
	40歳代	90	21	23.3	37	10	27.0
	50歳代	98	35	35.7	41	15	36.6
	60歳代	67	33	49.3	27	11	40.7
	70歳代	72	37	51.4	30	13	43.3
	80歳以上	66	21	31.8	32	10	31.3

※有効回収数（＝B）については、調査票の性別と年齢の双方を回答した人数を掲載している
（性別か年齢のいずれか一方を無回答だった人数は除いている）。

※C＝B／A*100

第1部 調査実施の概要

(2) 健康に関するアンケート（小学6年生）

- ①標本数 1,300人
 ②有効回収数 616人
 ③有効回収率 47.4%
 ④性別回収状況

	A	B	C=B/A*100
	標本数（人）	有効回収数（人）	有効回収率（%）
全 体	1,300	616	47.4
男性	663	301	45.4
女性	637	306	48.0
回答しない		5	
（無回答）		4	

⑤地域別回収状況

	A	B	C=B/A*100
	標本数（人）	有効回収数（人）	有効回収率（%）
全 体	1,300	616	47.4
大森地域	398	188	47.2
調布地域	396	210	53.0
蒲田地域	350	152	43.4
糀谷・羽田地域	156	66	42.3

4. 地域区分

この調査では、地域的な特性を把握するために、地域庁舎の管轄に基づき大田区内を4つの地域に分けた。対象地域の内訳は次のようになる。なお、地域健康課の管轄との整合性を図るため、特に断りのない限り大森東特別出張所管内は糀谷・羽田地域としている。



地域	特別出張所	該当町丁目
大森地域	大森西	大森本町一丁目9番から11番の全部、大森本町二丁目、平和の森公園、ふるさとの浜辺公園、大森東一丁目、大森東二丁目、大森東三丁目、大森西一丁目、大森西二丁目、大森西三丁目、大森西四丁目、大森西五丁目、大森西六丁目、大森西七丁目、大森中一丁目（22番の全部を除く。）、大森中二丁目（13番から18番の全部を除く。）、大森中三丁目（6番から8番の全部を除く。）
	入新井	大森北一丁目、大森北二丁目、大森北三丁目、大森北四丁目、大森北五丁目、大森北六丁目、大森本町一丁目（9番から11番の全部を除く。）、山王一丁目、山王二丁目、平和島一丁目、平和島二丁目、平和島三丁目、平和島四丁目、平和島五丁目、平和島六丁目、昭和島一丁目、昭和島二丁目、京浜島一丁目、京浜島二丁目、京浜島三丁目、東海一丁目、東海二丁目、東海三丁目、東海四丁目、東海五丁目、東海六丁目、城南島一丁目、城南島二丁目、城南島三丁目、城南島四丁目、城南島五丁目、城南島六丁目、城南島七丁目、令和島一丁目、令和島二丁目
	馬込	南馬込一丁目、南馬込二丁目、南馬込三丁目、南馬込四丁目、南馬込五丁目、南馬込六丁目（15番・16番・24番から27番・29番・31番の全部および7番から9番・28番・30番・32番・33番・34番・38番の一部を除く。）、西馬込一丁目、西馬込二丁目、中馬込一丁目、中馬込二丁目、中馬込三丁目、北馬込一丁目、北馬込二丁目、東馬込一丁目、東馬込二丁目
	池上	中央五丁目、中央六丁目、中央七丁目、中央八丁目、南馬込六丁目15番・16番・24番から27番・29番・31番の全部および7番から9番・28番・30番・32番・33番・34番・38番の一部、池上一丁目、池上二丁目、池上三丁目（1番から11番・14番から20番の全部および13番の一部を除く。）、池上四丁目、池上五丁目、池上六丁目、池上七丁目、池上八丁目
	新井宿	山王三丁目、山王四丁目、中央一丁目、中央二丁目、中央三丁目、中央四丁目

第1部 調査実施の概要

地域	特別出張所	該当町丁目
調布地域	嶺町	田園調布南、田園調布本町、北嶺町（22番から26番の全部および1番・2番・21番の一部を除く。）、東嶺町、西嶺町、南雪谷二丁目17番から21番の全部および15番・16番の一部、南雪谷四丁目17番および24番の全部
	田園調布	田園調布一丁目、田園調布二丁目、田園調布三丁目、田園調布四丁目、田園調布五丁目、雪谷大塚町（1番の全部を除く。）
	鵜の木	鵜の木一丁目、鵜の木二丁目、鵜の木三丁目、南久が原一丁目、南久が原二丁目、千鳥一丁目（1番・2番・20番・21番・23番の一部を除く。）、千鳥二丁目（27番・36番・38番から41番の全部および5番・6番の一部を除く。）、千鳥三丁目3番および7番の一部
	久が原	久が原一丁目、久が原二丁目、久が原三丁目、久が原四丁目、久が原五丁目、久が原六丁目、南雪谷五丁目18番から21番の全部および13番・17番の一部、北嶺町22番から26番の全部および21番の一部、千鳥一丁目1番および2番の一部、池上三丁目1番から11番・14番から20番の全部および13番の一部、仲池上一丁目17番・18番・23番・24番・28番から31番の全部および32番・33番の一部、仲池上二丁目17番から19番・29番および30番の全部、東雪谷五丁目10番および11番の一部
	雪谷	南雪谷一丁目、南雪谷二丁目（17番から21番の全部および15番・16番の一部を除く。）、南雪谷三丁目、南雪谷四丁目（17番・24番の全部を除く。）、南雪谷五丁目（18番から21番の全部および13番・17番の一部を除く。）、雪谷大塚町1番の全部、北嶺町1番および2番の一部、上池台一丁目（1番から17番および20番の全部を除く。）、上池台二丁目、上池台三丁目、上池台四丁目、上池台五丁目、東雪谷一丁目、東雪谷二丁目、東雪谷三丁目、東雪谷四丁目、東雪谷五丁目（10番および11番の一部を除く。）、仲池上一丁目（17番・18番・23番・24番・28番から31番の全部および32番・33番の一部を除く。）、仲池上二丁目（17番から19番・29番および30番の全部を除く。）、南千束一丁目34番の全部および32番・33番の一部、南千束二丁目1番・29番・31番・32番の全部および2番・4番・13番・14番・28番・30番の一部、南千束三丁目32番から35番の全部および31番・36番の一部、石川町二丁目1番・4番から8番・24番から33番の全部および2番・3番・9番・23番の一部
	千束	上池台一丁目1番から17番および20番の全部、南千束一丁目（34番の全部および32番・33番の一部を除く。）、南千束二丁目（1番・29番・31番・32番の全部および2番・4番・13番・14番・28番・30番の一部を除く。）、南千束三丁目（32番から35番の全部および31番・36番の一部を除く。）、北千束一丁目、北千束二丁目、北千束三丁目、石川町一丁目、石川町二丁目（1番・4番から8番・24番から33番の全部および2番・3番・9番・23番の一部を除く。）
蒲田地域	六郷	南六郷一丁目、南六郷二丁目、南六郷三丁目、東六郷一丁目、東六郷二丁目、東六郷三丁目、仲六郷一丁目、仲六郷二丁目、仲六郷三丁目、仲六郷四丁目、西六郷一丁目、西六郷二丁目、西六郷三丁目、西六郷四丁目、南蒲田二丁目23番および28番から30番の全部
	矢口	千鳥一丁目20番・21番および23番の一部、千鳥二丁目27番・36番・38番から41番の全部および5番・6番の一部、千鳥三丁目（3番および7番の一部を除く。）、矢口一丁目、矢口二丁目、矢口三丁目、下丸子一丁目、下丸子二丁目、下丸子三丁目、下丸子四丁目
	蒲田西	西蒲田一丁目、西蒲田二丁目、西蒲田三丁目、西蒲田四丁目、西蒲田五丁目、西蒲田六丁目、西蒲田七丁目、西蒲田八丁目、新蒲田一丁目、新蒲田二丁目、新蒲田三丁目、多摩川一丁目、多摩川二丁目、東矢口一丁目、東矢口二丁目、東矢口三丁目
	蒲田東	東蒲田一丁目、東蒲田二丁目、蒲田一丁目、蒲田二丁目、蒲田三丁目、蒲田四丁目、蒲田五丁目、蒲田本町一丁目、蒲田本町二丁目、南蒲田一丁目、南蒲田二丁目（23番および28番から30番を除く。）、南蒲田三丁目、西糀谷一丁目1番・12番・21番および31番の一部
糀谷・羽田地域	大森東	大森中一丁目22番の全部、大森中二丁目13番から18番の全部、大森中三丁目6番から8番の全部、大森東四丁目、大森東五丁目、大森南一丁目6番から11番の全部および4番・5番・12番・17番、18番の一部、大森南二丁目（18番・19番の全部および17番の一部を除く。）、大森南三丁目、大森南四丁目、大森南五丁目
	糀谷	北糀谷一丁目、北糀谷二丁目、東糀谷一丁目、東糀谷二丁目、東糀谷三丁目、東糀谷四丁目、東糀谷五丁目、東糀谷六丁目、西糀谷一丁目（1番・12番・21番および31番の一部を除く。）、西糀谷二丁目、西糀谷三丁目、西糀谷四丁目、大森南一丁目（6番から11番の全部および4番・5番・12番・17番・18番の一部を除く。）、大森南二丁目18番・19番の全部および17番の一部
	羽田	羽田一丁目、羽田二丁目、羽田三丁目、羽田四丁目、羽田五丁目、羽田六丁目、羽田旭町、本羽田一丁目、本羽田二丁目、本羽田三丁目、萩中一丁目、萩中二丁目、萩中三丁目、羽田空港一丁目、羽田空港二丁目、羽田空港三丁目

5. 調査結果を見る上での注意事項

- (1) 集計は、小数点以下第2位を四捨五入している。従って、数値の合計が100.0%ちょうどにならない場合がある。
- (2) 基数となるべき実数は、(n : number of casesの略)として表示している。
- (3) 回答の比率(%)は、その質問の回答者数を基数として算出した。従って、複数回答の設問は全ての比率を合計すると100.0%を超えることがある。
- (4) 本文や図表中の選択肢表記は、場合によって語句を短縮・簡略化している場合がある。
- (5) 図表中では、“－”を用いていることがある。それは回答者がいないことを表している。
- (6) 分析の軸(＝表側)とした調査回答者の属性や設問は、無回答を除いている。そのため、各調査回答者の属性の基数の合計が全体と一致しない場合がある。
- (7) 分析の軸(＝表側)とした調査回答者の属性や設問でnが少ないもの(25人未満)は、標本誤差が大きくなるため、参考として図示しているが、分析の対象からは除いている。
- (8) 統計数値を記述するにあたり、割での表記を用いている場合がある。その際の目安は、おおむね以下のとおりとしている。

例	表現
17.0～19.9%	約2割
20.0～20.9%	2割
21.0～22.9%	2割を超える
23.0～26.9%	2割台半ば
27.0～29.9%	約3割

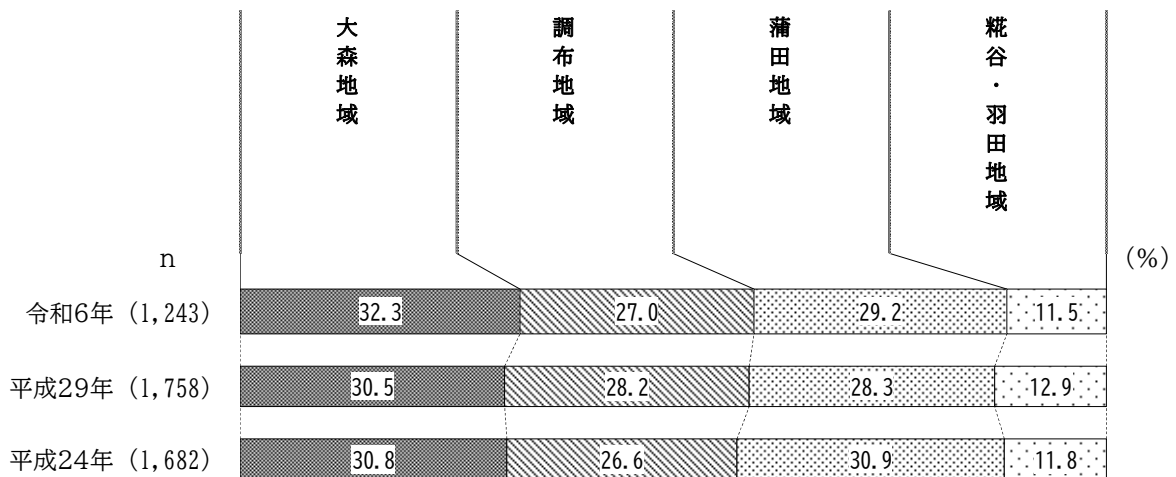
第2部 健康に関するアンケート調査結果

1. あなた自身について

(1) 地域

回答者の地域は、「大森地域」が32.3%、「調布地域」が27.0%、「蒲田地域」が29.2%、「糀谷・羽田地域」が11.5%となっている。

時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。

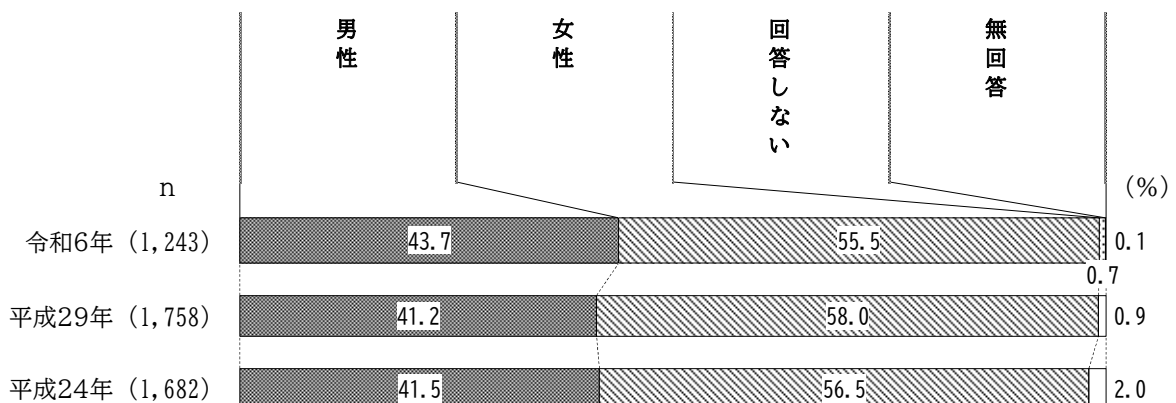


(2) 性別

基本情報1 あなたの性別に○をつけてください。(○は1つ)

回答者の性別は、「男性」が43.7%、「女性」が55.5%となっている。

時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



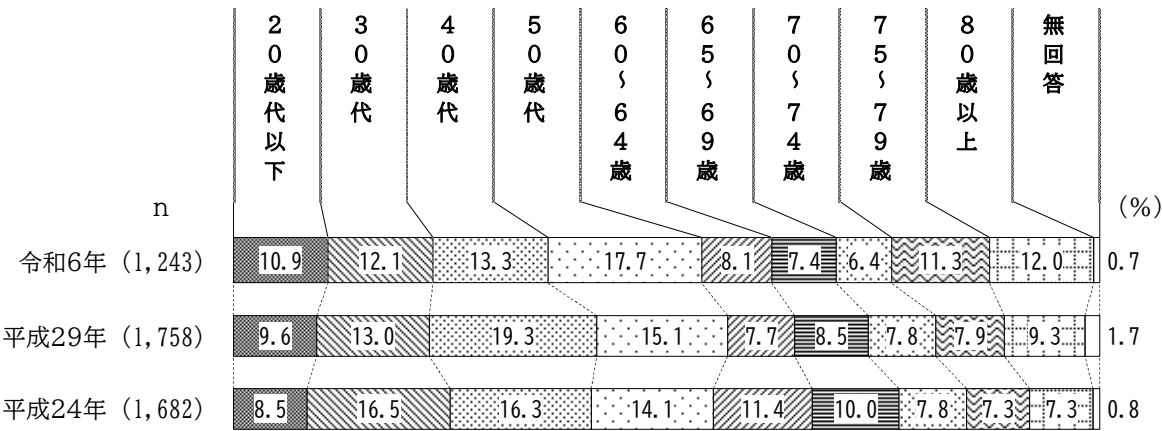
※今回調査より、選択肢「回答しない」が追加された。

(3) 年齢

基本情報2 あなたの年齢を記入してください。

回答者の年齢は、「50歳代」が17.7%で最も高く、次いで「40歳代」が13.3%、「30歳代」が12.1%となっている。65歳以上は合計37.1%（前期高齢者（65歳以上75歳未満）：13.8%、後期高齢者（75歳以上）：23.3%）となっている。

時系列で比較すると、「40歳代」（令和6年：13.3% 平成29年：19.3% 平成24年：16.3%）が前回調査より6ポイント減少している。



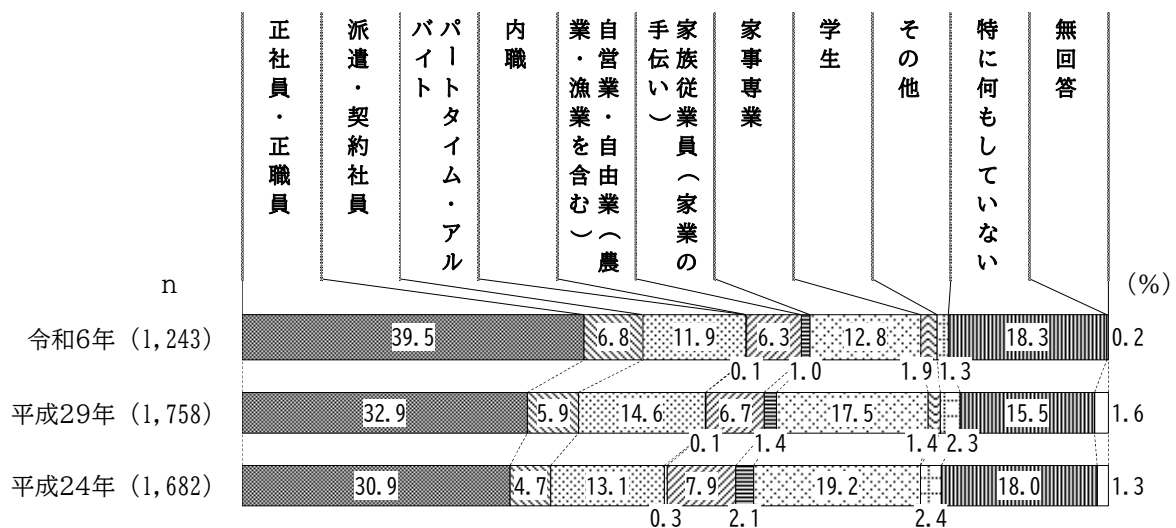
※今回調査より、調査対象者が18歳以上の区民に変更となったため、回答区分を10歳代と20歳代を合わせた「20歳代以下」に変更している。

(4) 就労形態

基本情報3 あなたの就労形態は次のうちどれですか。(○は主なもの1つ)

回答者の就労形態は、「正社員・正職員」が39.5%で最も高く、次いで「家事専業」が12.8%、「パートタイム・アルバイト」が11.9%となっている。一方、「特に何もしていない」は18.3%となっている。

時系列で比較すると、「正社員・正職員」(令和6年：39.5% 平成29年：32.9% 平成24年：30.9%)が前回調査より6.6ポイント、前々回調査より8.6ポイント増加している。一方、「家事専業」(令和6年：12.8% 平成29年：17.5% 平成24年：19.2%)が前々回調査より6.4ポイント減少している。



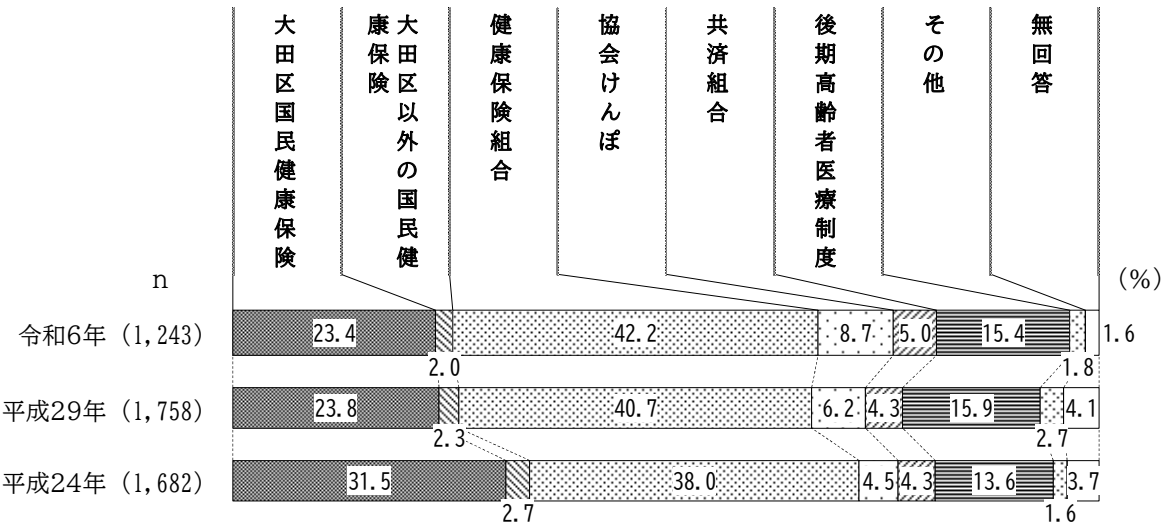
※前回調査より、選択肢「学生」が追加された。

(5) 加入している健康保険

基本情報4 あなたの加入している（扶養に入っている）健康保険は何ですか。（○は1つ）

回答者が加入している健康保険は、「健康保険組合」が42.2%で最も高く、次いで「大田区国民健康保険」が23.4%となっている。また、「後期高齢者医療制度」が15.4%となっている。

時系列で比較すると、「大田区国民健康保険」（令和6年：23.4% 平成29年：23.8% 平成24年：31.5%）が前々回調査より8.1ポイント減少している。



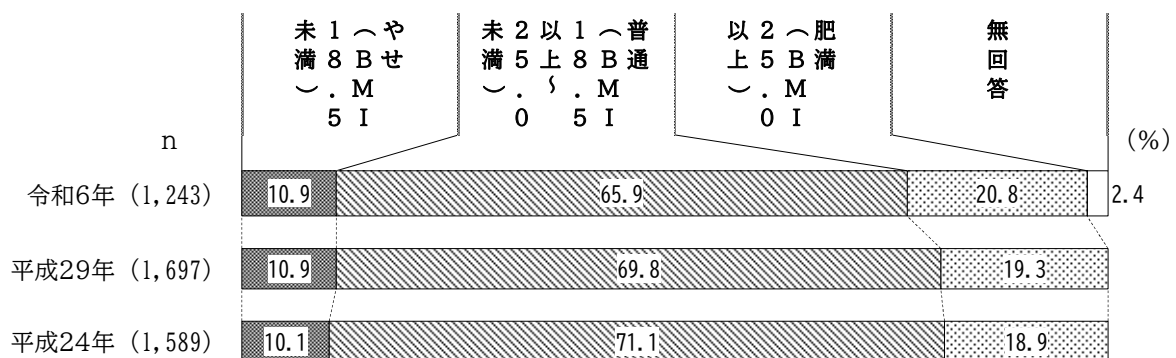
(6) 身長・体重 (BMI)

基本情報5 あなたの身長、体重を分かる範囲で記入してください。

※身長・体重については、BMIを求めるものなので、ここに表記していない。

身長と体重の結果をもとにBMIを算出した結果、構成比は「やせ (BMI 18.5未満)」が10.9%、「普通 (BMI 18.5以上～25.0未満)」が65.9%、「肥満 (BMI 25.0以上)」が20.8%となっている。

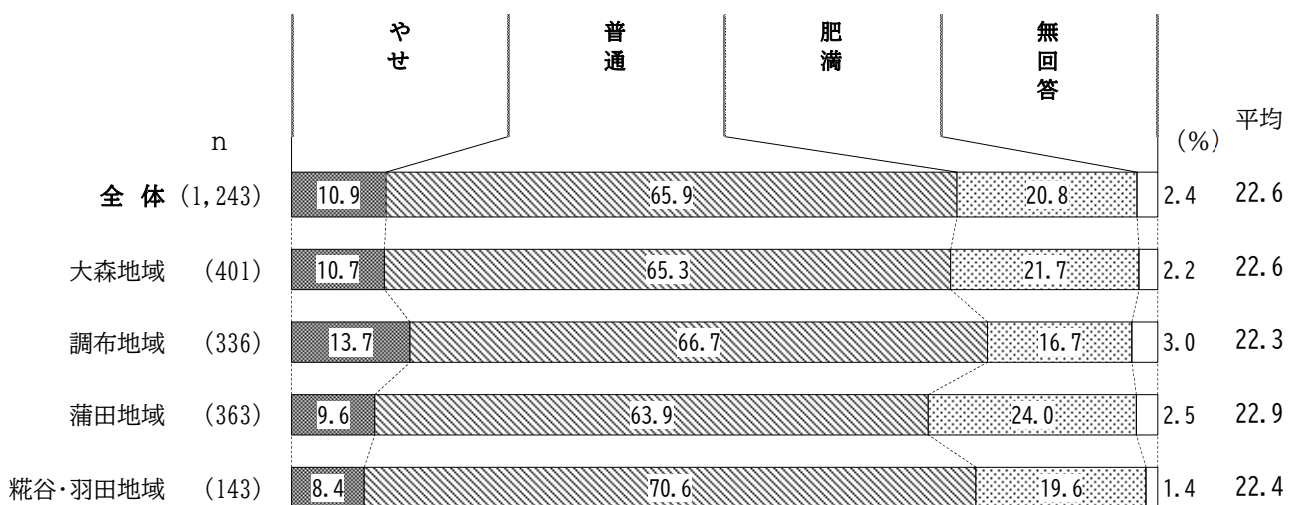
時系列で比較すると、「普通 (BMI 18.5以上～25.0未満)」(令和6年：65.9% 平成29年：69.8% 平成24年：71.1%) が前々回調査より5.2ポイント減少している。



【地域別】

地域別での平均は、蒲田地域で22.9、大森地域で22.6、糀谷・羽田地域で22.4、調布地域で22.3となっている。

構成比でみると、「やせ」が調布地域で13.7%、「肥満」が蒲田地域で24.0%と最も高くなっている。



【性別、性／年代別】

性別でみると、平均は男性で23.6、女性で21.7となっている。

構成比でみると、「やせ」（男性：4.6％ 女性：15.9％）は女性の方が男性よりも11.3ポイント高くなっている。一方、「肥満」（男性：30.4％ 女性：13.3％）は男性の方が女性よりも17.1ポイント高くなっている。

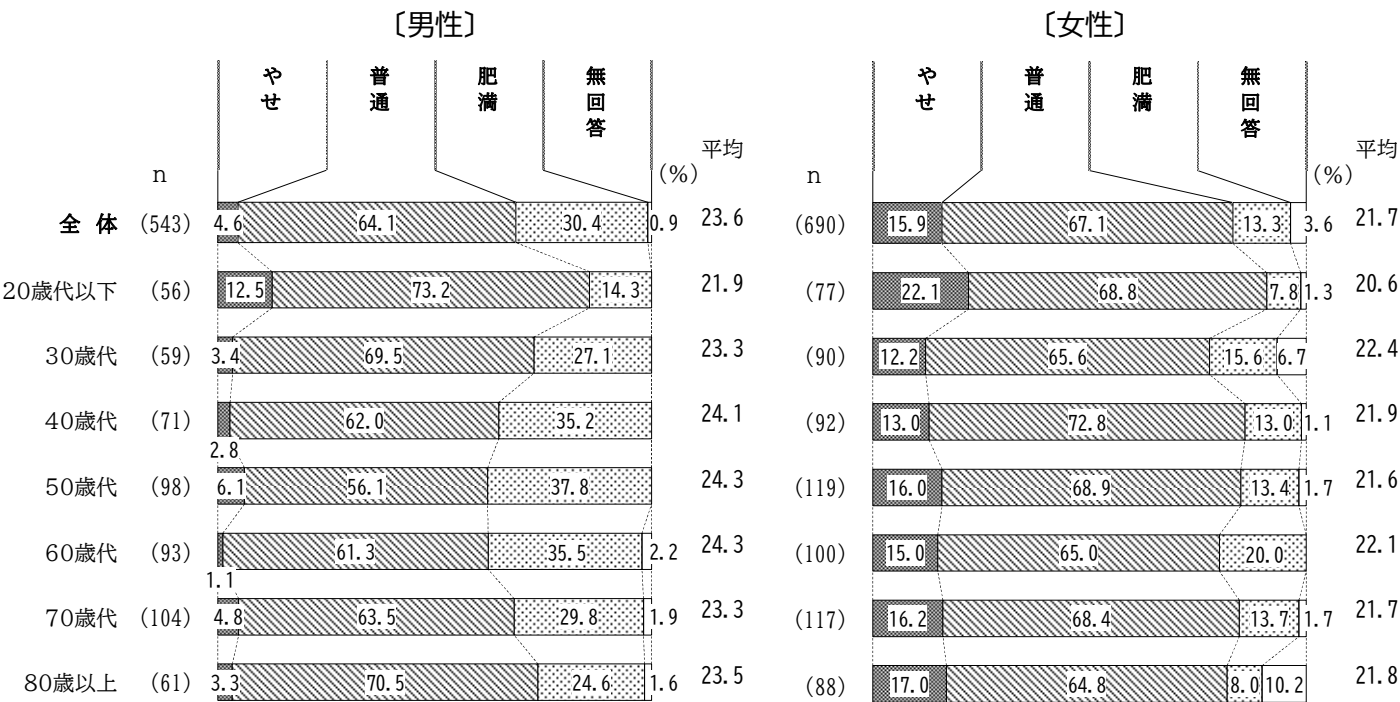
性／年代別でみると、男性では、「肥満」は40歳代～60歳代で高くなっており、40歳代で35.2％、50歳代で37.8％、60歳代で35.5％となっている。

女性では、「やせ」が20歳代以下で22.1％と他の年代に比べて高くなっている。一方、「肥満」が60歳代で20.0％となっている。

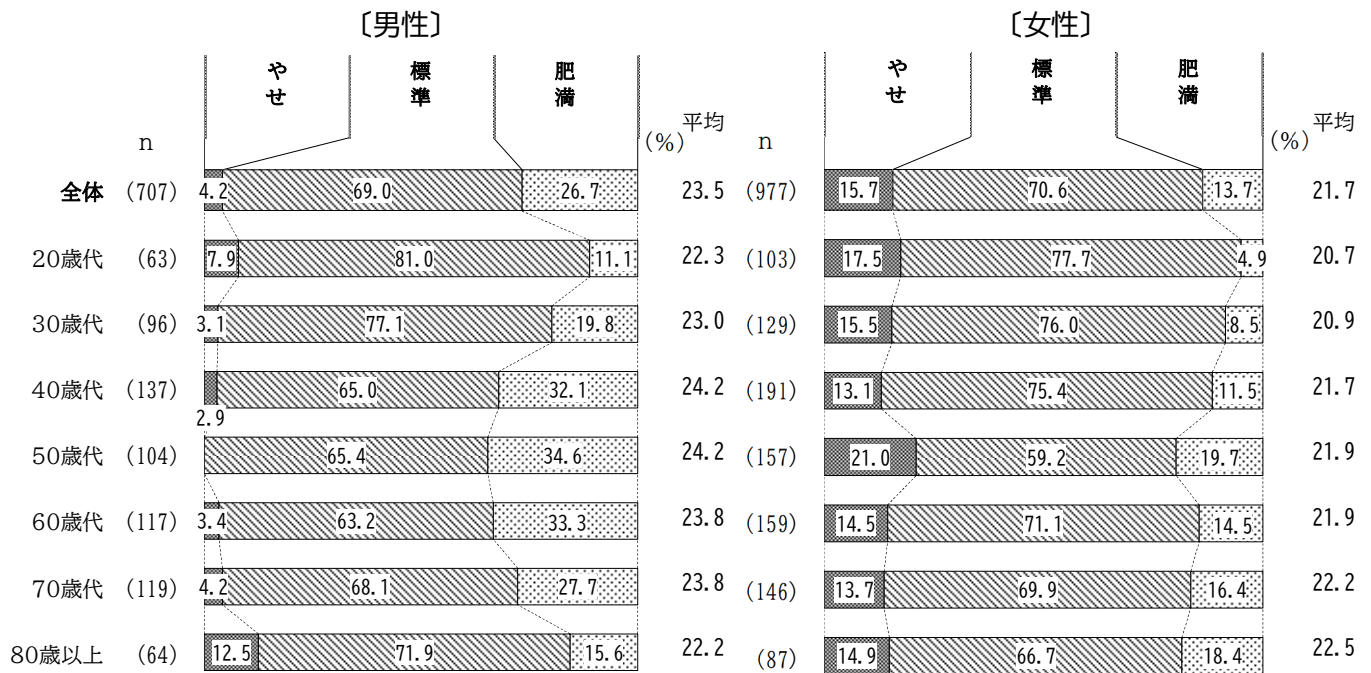
性／年代別を時系列で比較すると、男性では、「肥満」がすべての年代で増加しており、特に30歳代（令和6年：27.1％ 平成29年：19.8％ 平成24年：36.1％）で前回調査より7.3ポイント、80歳以上（令和6年：24.6％ 平成29年：15.6％ 平成24年：20.0％）で前回調査より9.0ポイント増加している。一方、「やせ」は50歳代（令和6年：6.1％ 平成29年：0.0％）で前回調査より6.1ポイント増加している。

女性では、「肥満」が30歳代（令和6年：15.6％ 平成29年：8.5％ 平成24年：6.5％）で前回調査より7.1ポイント、60歳代（令和6年：20.0％ 平成29年：14.5％ 平成24年：11.5％）で前回調査より5.5ポイント増加している。一方、50歳代（令和6年：13.4％ 平成29年：19.7％ 平成24年：14.6％）で前回調査より6.3ポイント、80歳以上（令和6年：8.0％ 平成29年：18.4％ 平成24年：7.7％）で前回調査より10.2ポイント減少している。

■令和6年

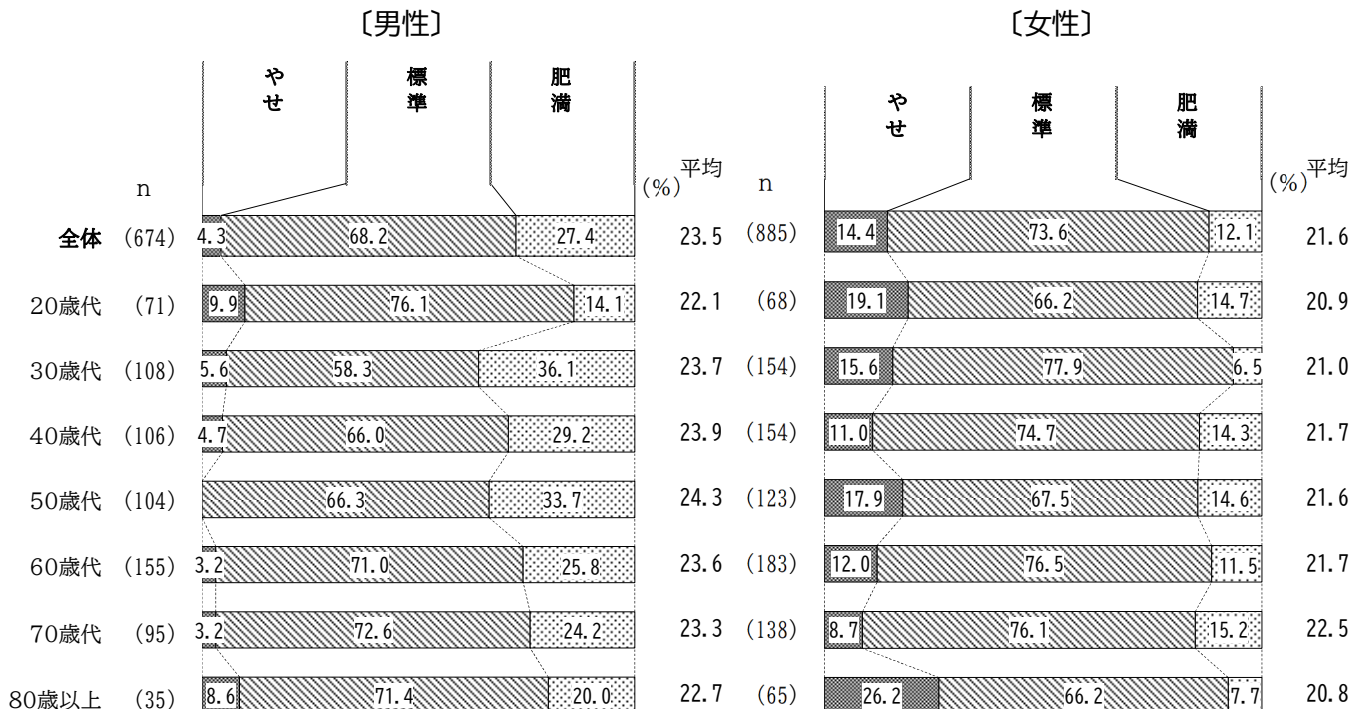


■平成29年



※今回調査より、対象者が18歳以上となっているため条件が異なることに留意する。

■平成24年



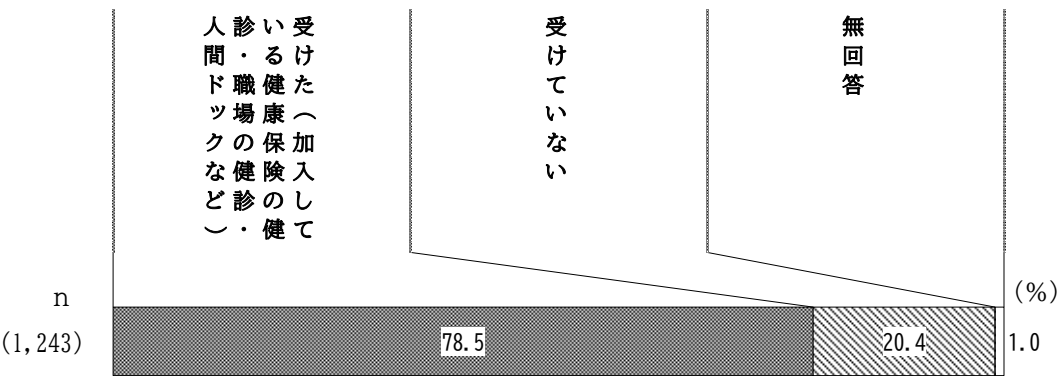
2. 健診・検診について

(1) 健診の受診状況

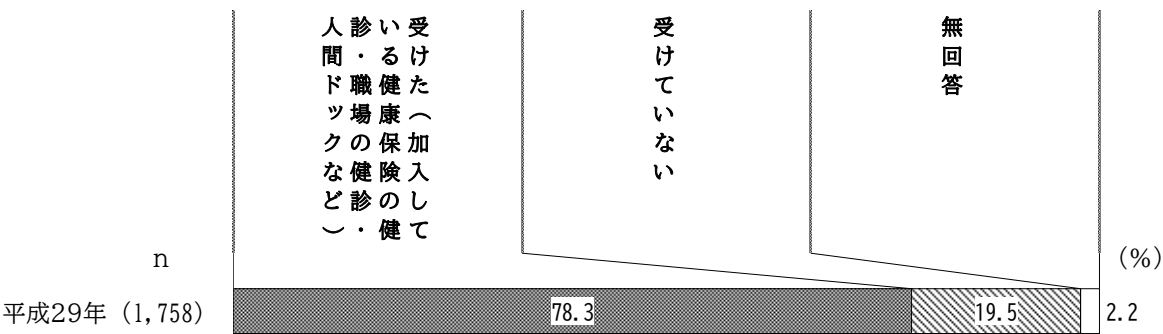
問1 あなたはこの1年間に健康診断(健康診査)を受けましたか(がん検診を除く)。(○は1つ)

健診の受診状況は、「受けた」が78.5%、「受けていない」が20.4%となっている。

参考までに時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



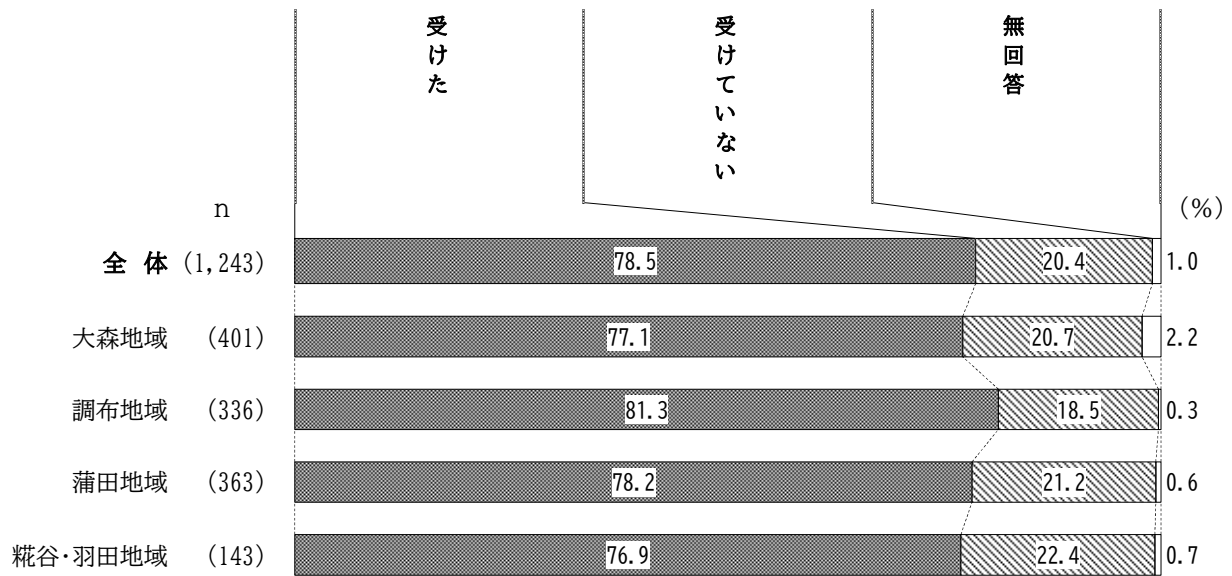
【参考：経年比較】



※前回調査の設問は、「あなたはこの1年間に血液検査を含めた健診を受けましたか。(がん検診を除く)」となっており、今回調査の設問と類似しているため、参考までに経年比較した。

【地域別】

地域別でみると、「受けた」は調布地域で81.3%と最も高く、糀谷・羽田地域で76.9%と最も低くなっている。



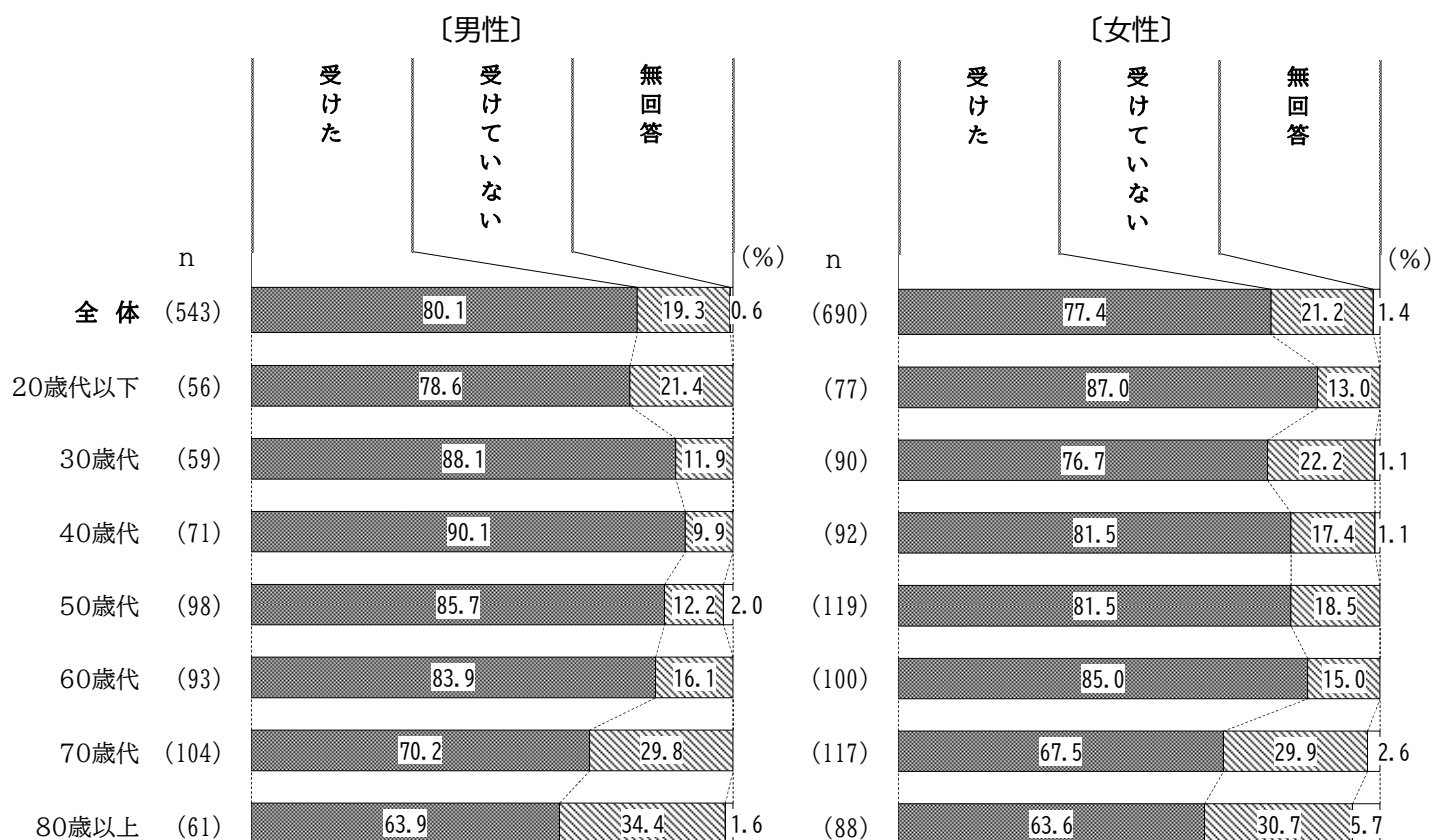
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、男性では、「受けた」が80歳以上を除いて7割～9割を超えているが、80歳以上は63.9%にとどまっている。

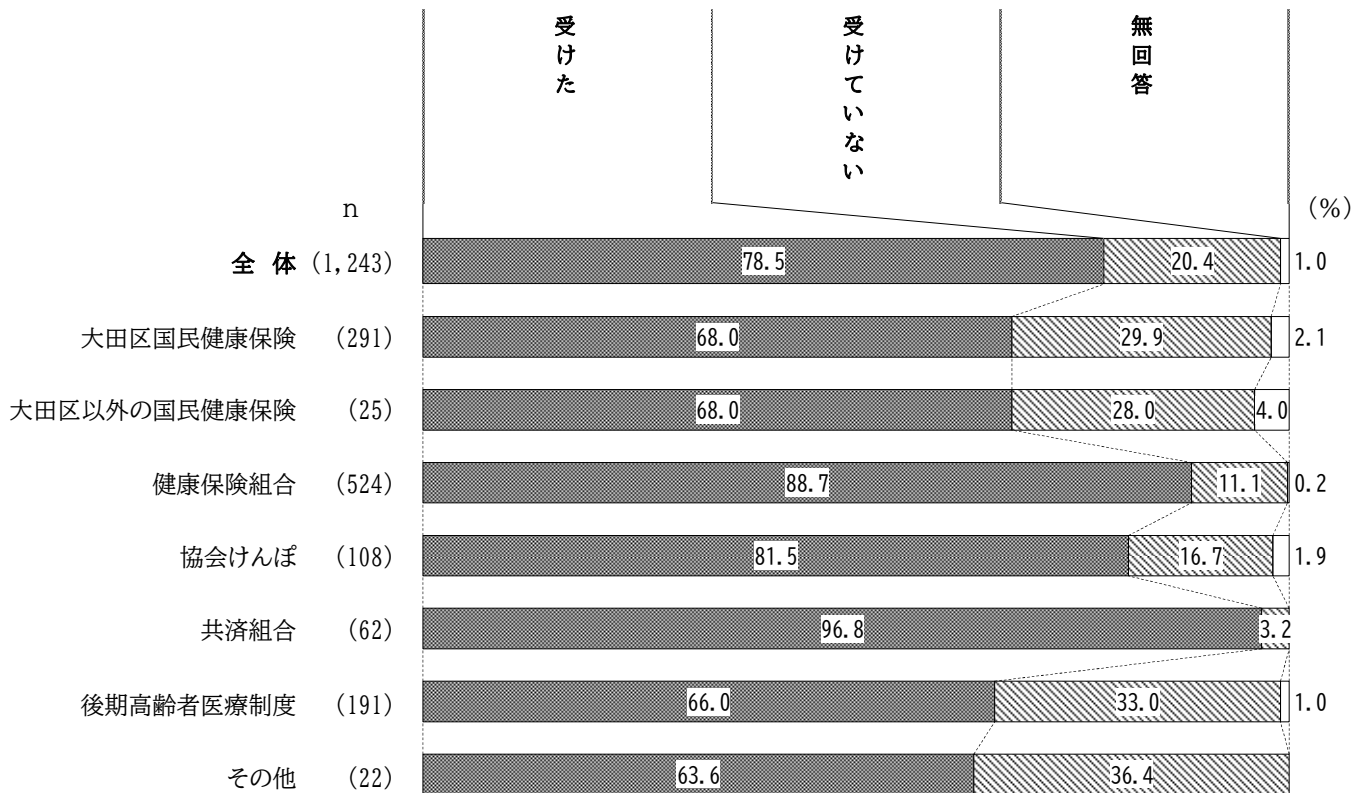
女性では、「受けた」が20歳代以下で87.0%と最も高く、次いで60歳代で85.0%、40歳代と50歳代で81.5%となっている。



【加入している健康保険別】

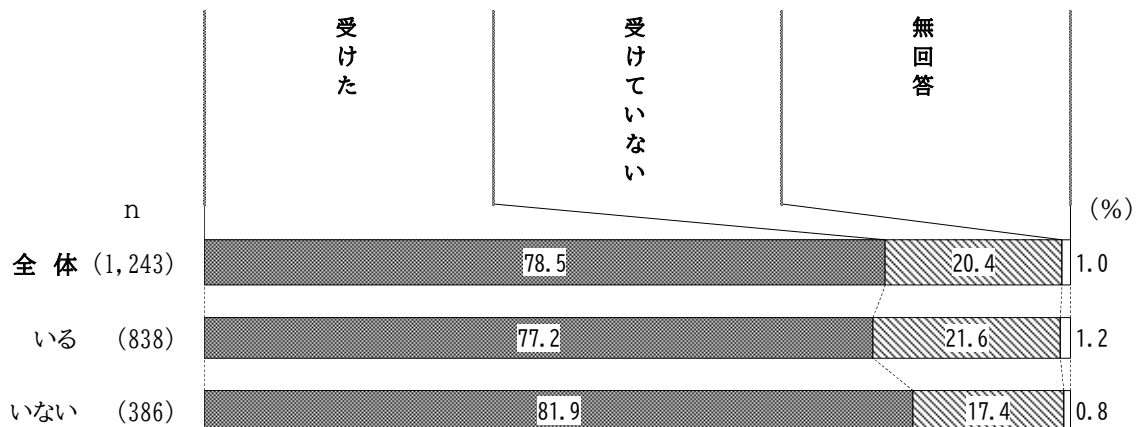
加入している健康保険別でみると、「受けた」が共済組合で96.8%と最も高く、次いで健康保険組合で88.7%、協会けんぽで81.5%となっている。

一方、「受けていない」は後期高齢者医療制度で33.0%、大田区国民健康保険で29.9%、大田区以外の国民健康保険で28.0%となっている。



【かかりつけ医の有無別】

かかりつけ医の有無別でみると、特に大きな違いはみられない。



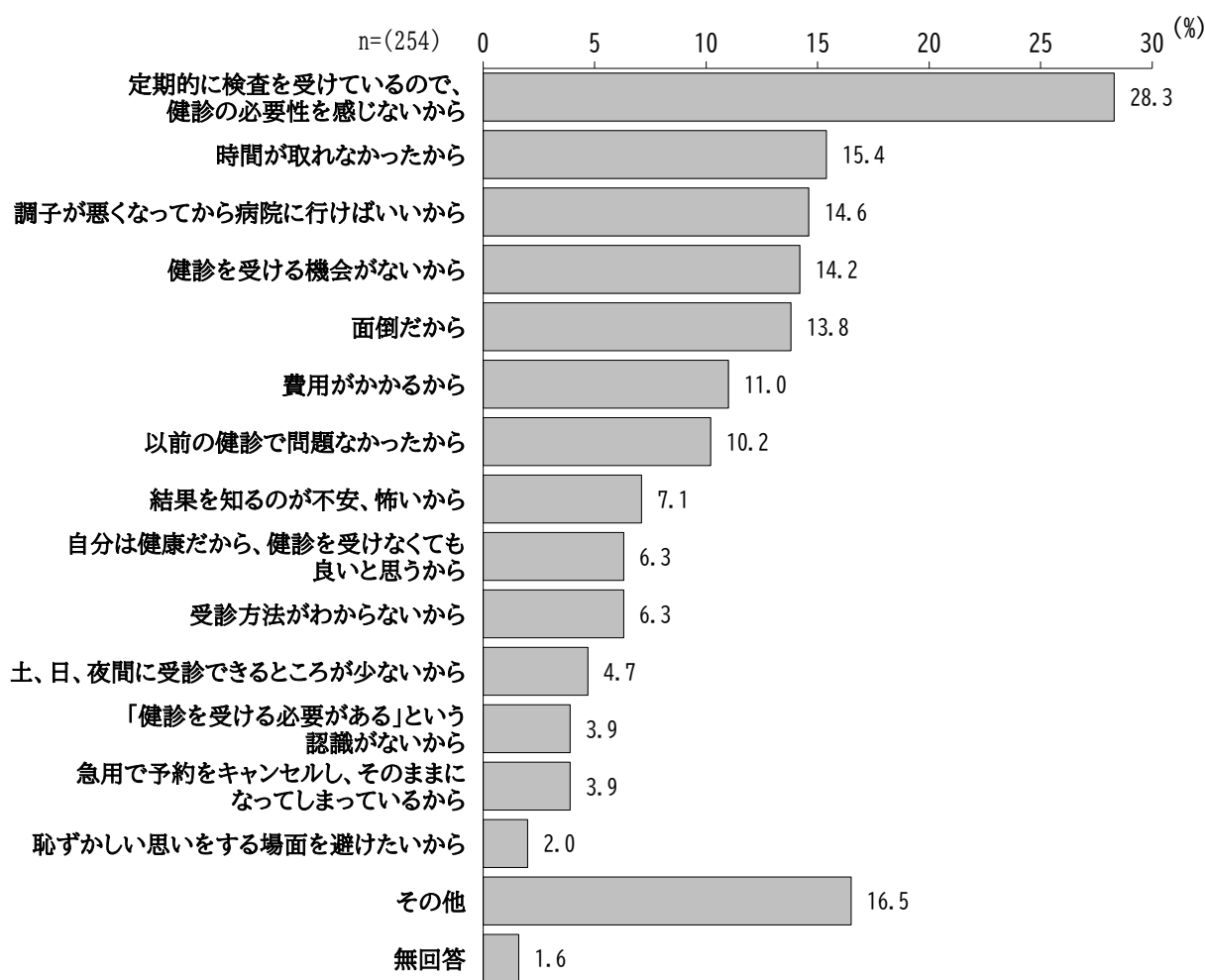
(2) 健診を受けていない理由

(問1で「受けていない」と回答した方におたずねします。)

問1-1 その理由は何ですか。(〇はいくつでも)

検診の受診状況で「受けていない」と回答した方にその理由をたずねた。その結果、「定期的に検査を受けているので、健診の必要性を感じないから」が28.3%で最も高く、次いで「時間が取れなかったから」が15.4%、「調子が悪くなってから病院に行けばいいから」が14.6%となっている。

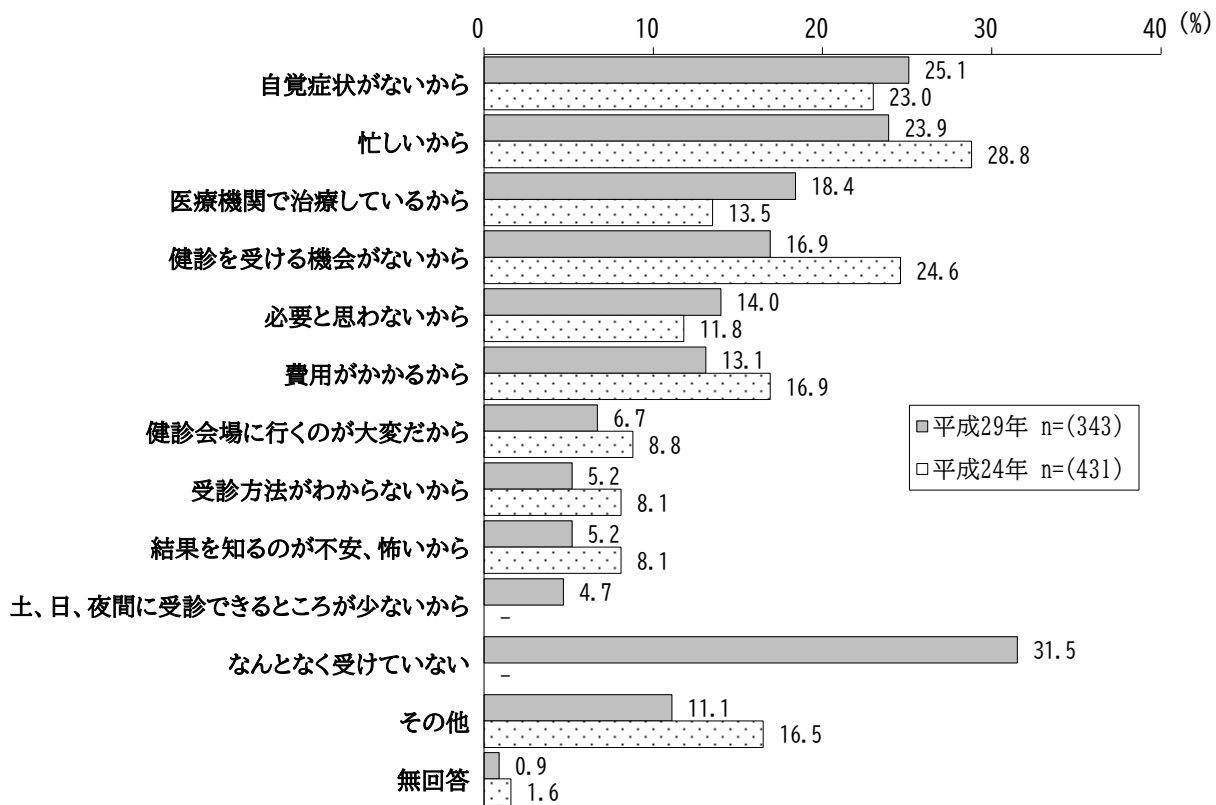
参考までに時系列で比較すると、「費用がかかるから」(令和6年：11.0% 平成29年：13.1% 平成24年：16.9%)が前々回調査より5.9ポイント減少している。



【その他の回答内容 (抜粋)】

- ・希望する所の申し込みをしても予約で一杯との事。(男性・50歳代)
- ・育休で会社で受けることができなかった。(女性・30歳代)
- ・40歳を迎えてから受けようと思っているから。(女性・30歳代)
- ・猛暑だったので涼しくなったら受診するつもりがこれからになってしまった。(女性・70歳代)

【参考：経年比較】



※前回調査より、選択肢「土、日、夜間に受診できる場所が少ないから」、「なんとなく受けていない」が追加された。

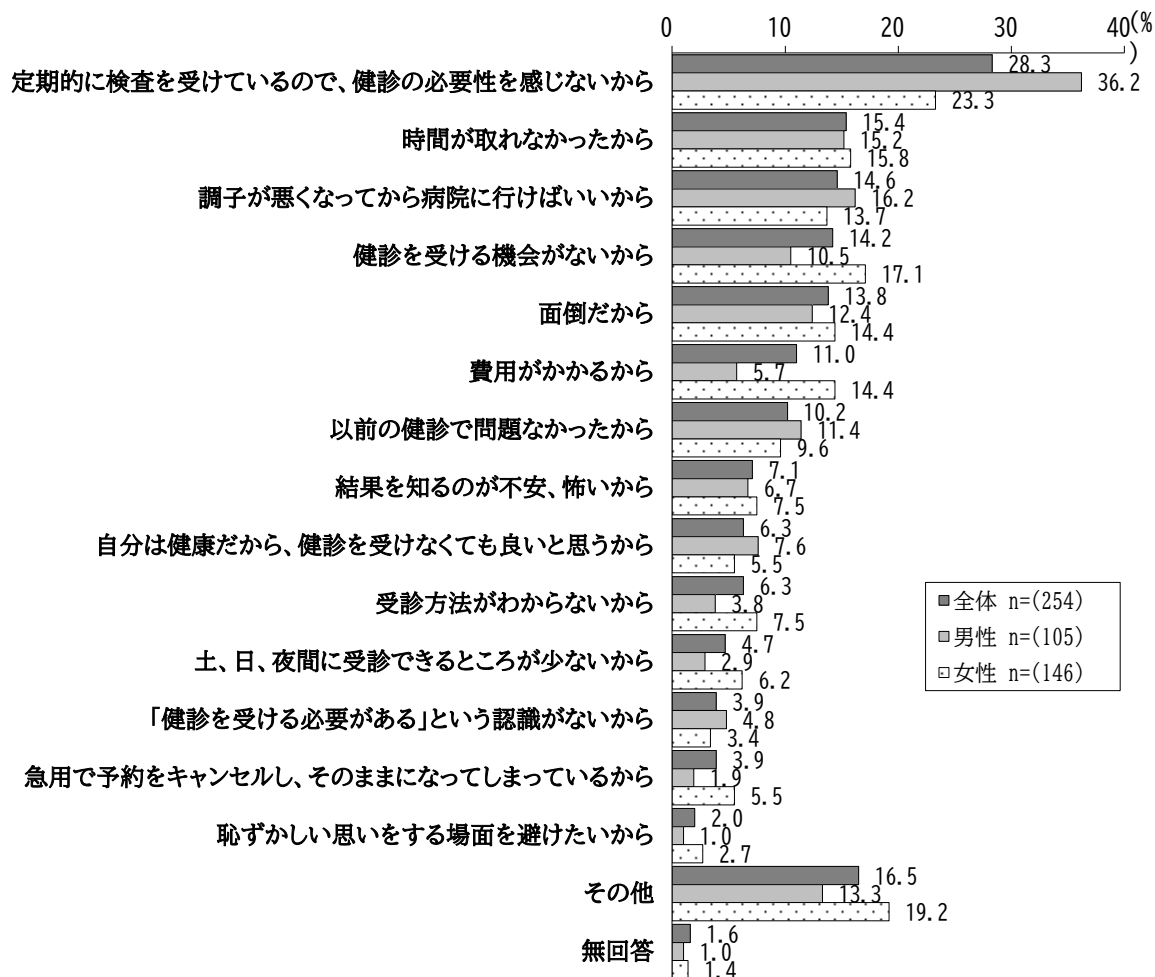
※今回調査より、選択肢「定期的に検査を受けているので、健診の必要性を感じないから」、「以前の健診で問題なかったから」、「自分は健康だから、健診を受けなくても良いと思うから」、「調子が悪くなってから病院に行けばいいから」、「『健診を受ける必要がある』という認識がないから」、「恥ずかしい思いをする場面を避けたいから」、「時間が取れなかったから」、「急用で予約をキャンセルし、そのままになってしまっているから」、「面倒だから」が追加された。

※今回調査より、「必要と思わないから」、「自覚症状がないから」、「忙しいから」、「医療機関で治療しているから」、「健診会場に行くのが大変だから」、「なんとなく受けていない」が削除された。

第2部 健康に関するアンケート調査結果

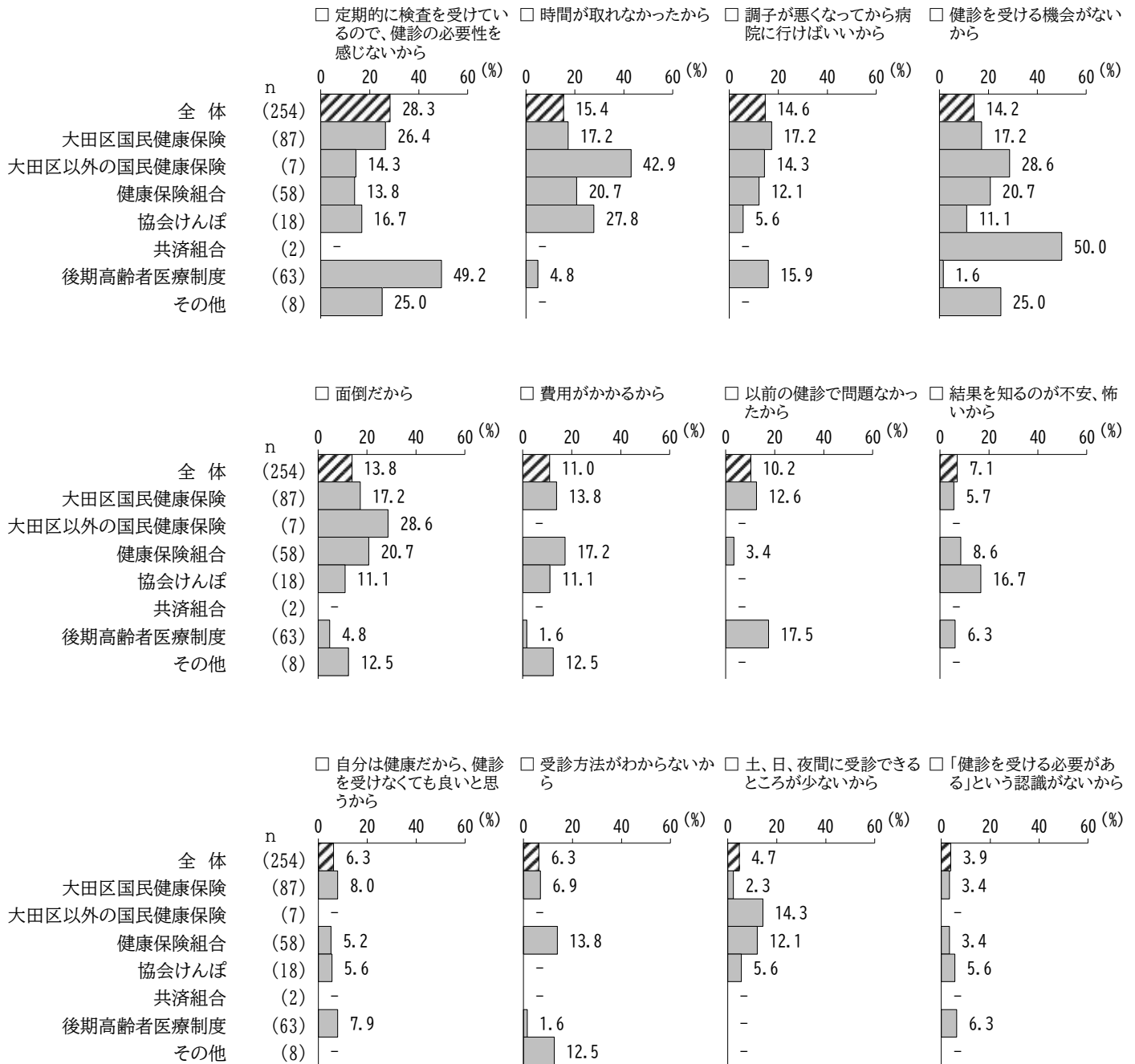
【性別】

性別でみると、「定期的に検査を受けているので、健診の必要性を感じないから」（男性：36.2% 女性：23.3%）は男性の方が女性よりも12.9ポイント高くなっている。一方、「費用がかかるから」（男性：5.7% 女性：14.4%）は女性の方が男性よりも8.7ポイント、「健診を受ける機会がないから」（男性：10.5% 女性：17.1%）は女性の方が男性よりも6.6ポイント高くなっている。

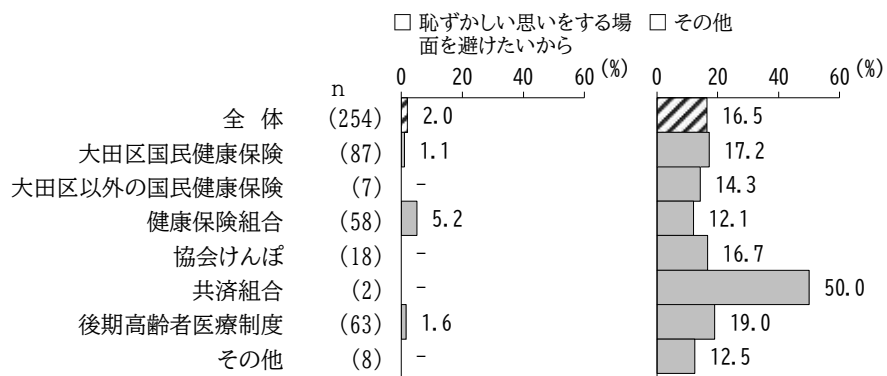


【加入している健康保険別】

一部の回答者数が少ないため参考として加入している健康保険別でみると、「定期的に検査を受けているので、健診の必要性を感じないから」は後期高齢者医療制度で49.2%と最も高く、次いで大田区国民健康保険で26.4%となっている。「時間が取れなかったから」、「健診を受ける機会がないから」、「面倒だから」は健康保険組合でいずれも20.7%となっている。



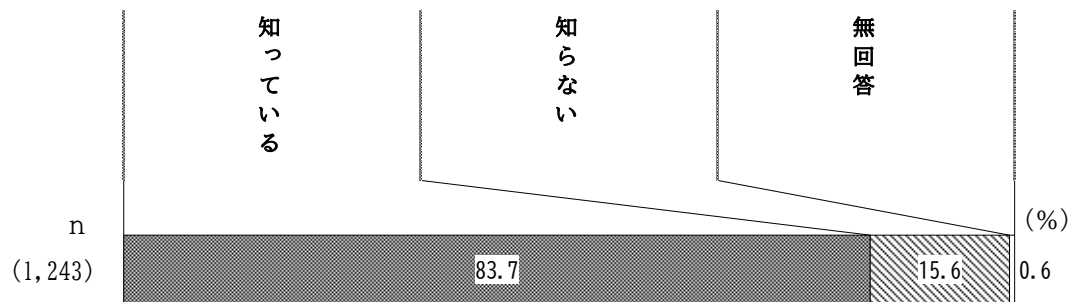
第2部 健康に関するアンケート調査結果



(3) 大田区が行っているがん検診の認知度

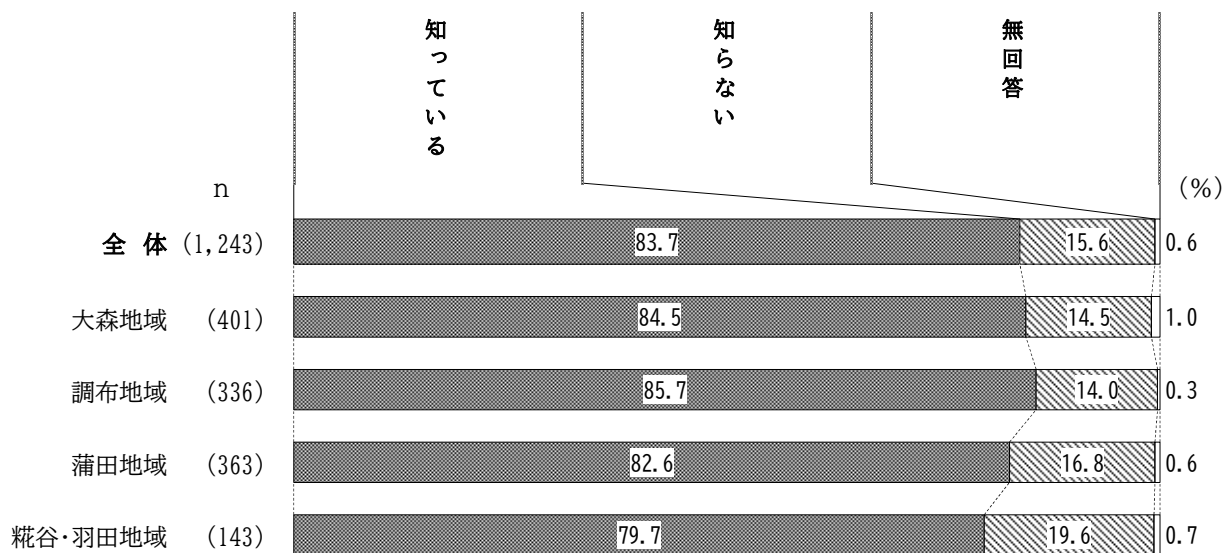
問2 あなたは大田区が実施しているがん検診について知っていますか。(○は1つ)

大田区が行っているがん検診の認知度は、「知っている」が83.7%、「知らない」が15.6%となっている。



【地域別】

地域別でみると、「知っている」が調布地域で85.7%と最も高く、糀谷・羽田地域で79.7%と最も低くなっている。



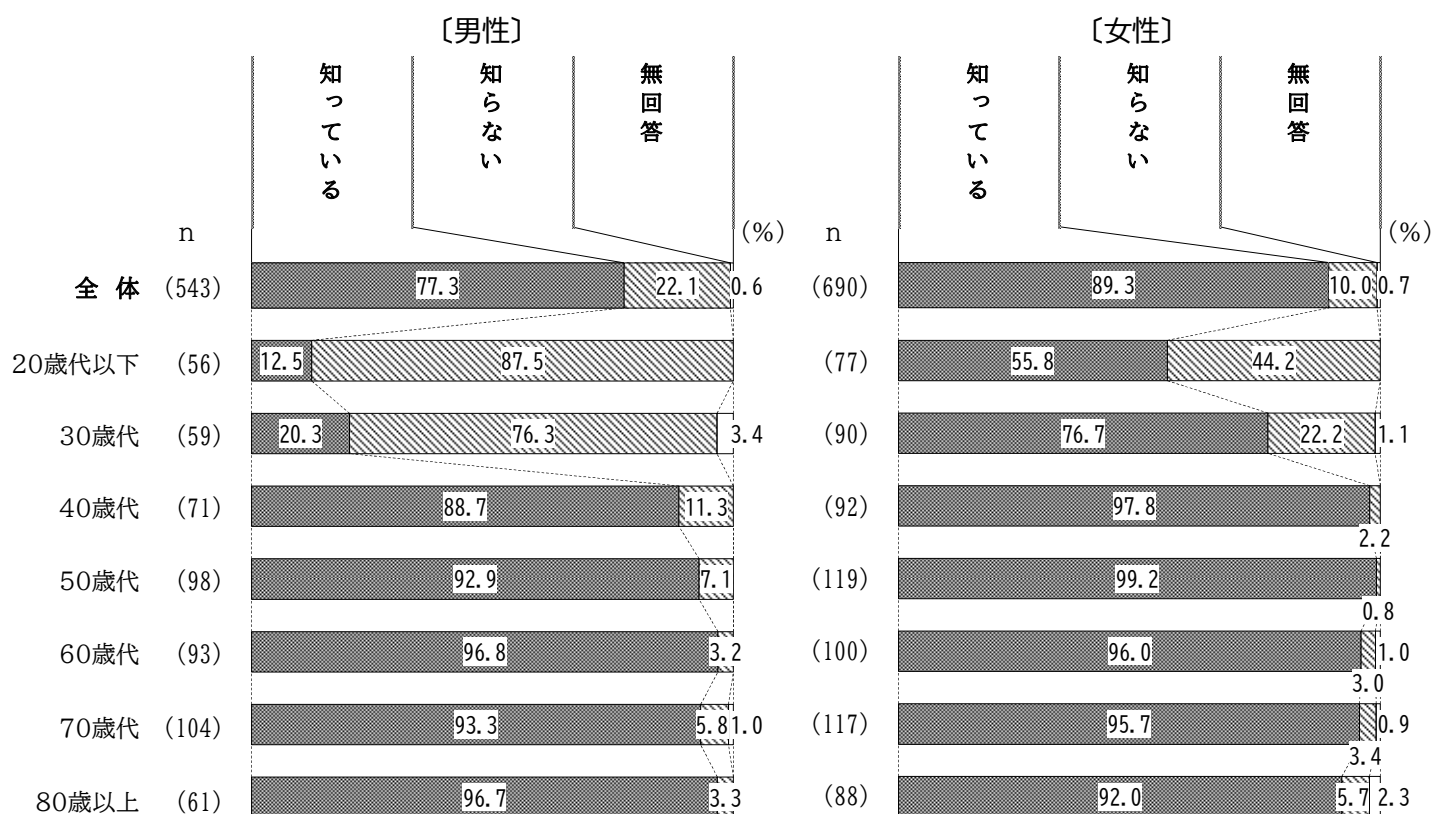
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、「知っている」（男性：77.3% 女性：89.3%）は、女性の方が男性よりも12.0ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、男女ともに、「知っている」は20歳代以下と30歳代を除いて8割台から9割を超えているが、男性の20歳代以下で12.5%、30歳代で20.3%にとどまっている。

女性では、「知っている」は40歳代～70歳代で9割台半ば以上を占めている。



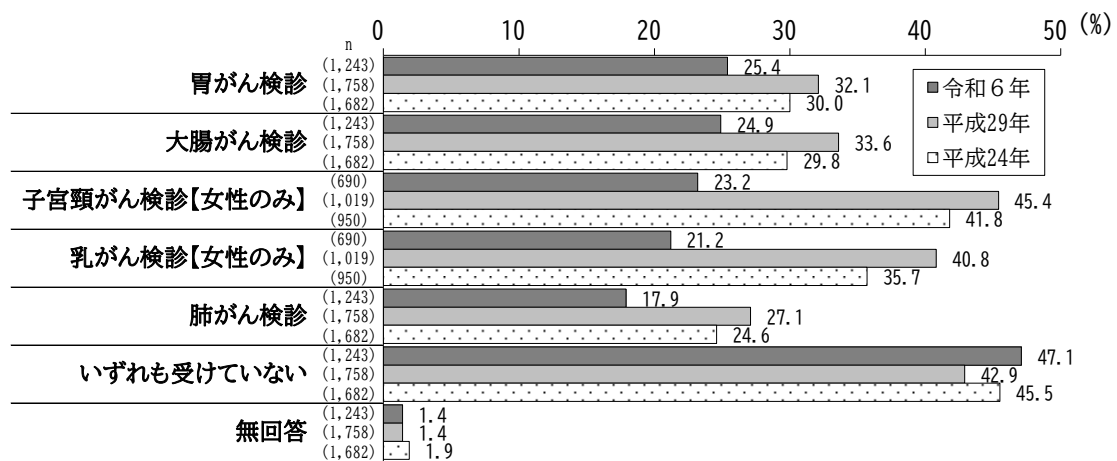
(4) がん検診の受診状況

問3 がん検診の中で1年または2年に1回は受けているものを選んでください。

(○はいくつでも)

がん検診の受診状況は、「胃がん検診」が25.4%で最も高く、次いで「大腸がん検診」が24.9%、「子宮頸がん検診【女性のみ】」が23.2%、「乳がん検診【女性のみ】」が21.2%となっている。一方、「いずれも受けていない」が47.1%を占めている。

時系列で比較すると、すべてのがん検診の受診率が前回調査、前々回調査より減少しており、特に「子宮頸がん検診【女性のみ】」（令和6年：23.2% 平成29年：45.4% 平成24年：41.8%）と「乳がん検診【女性のみ】」（令和6年：21.2% 平成29年：40.8% 平成24年：35.7%）が前回調査、前々回調査より大幅に減少している。



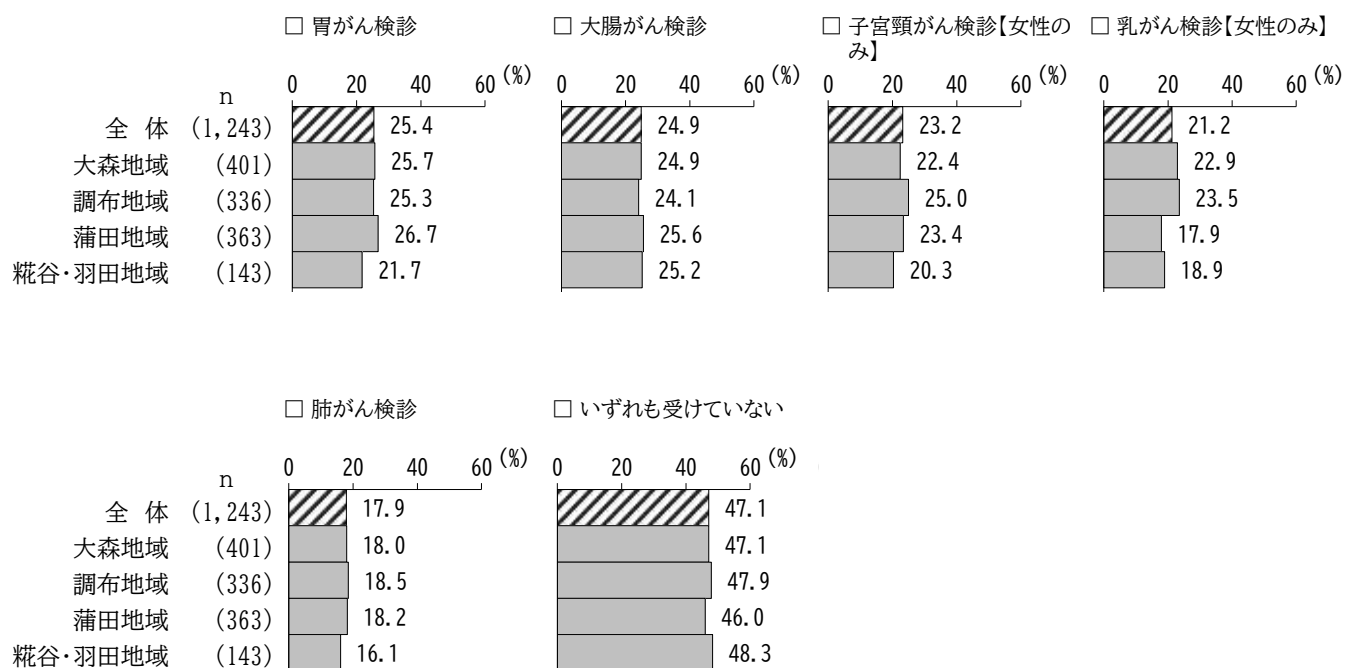
※前回調査までの調査では各検診について受診状況の有無を回答する形式となっている。

※今回調査の選択肢「いずれも受けていない」は、前回までの調査では、「がん検診をひとつも受けていない」となっている。

第2部 健康に関するアンケート調査結果

【地域別】

地域別でみると、「胃がん検診」は大森地域、調布地域、蒲田地域で2割台半ばとなっている一方、糀谷・羽田地域で21.7%と他の地域に比べて低くなっている。「乳がん検診」は調布地域で23.5%、大森地域で22.9%と2割台の一方、蒲田地域と糀谷・羽田地域で約2割となっている。



【性別、性／年代別】

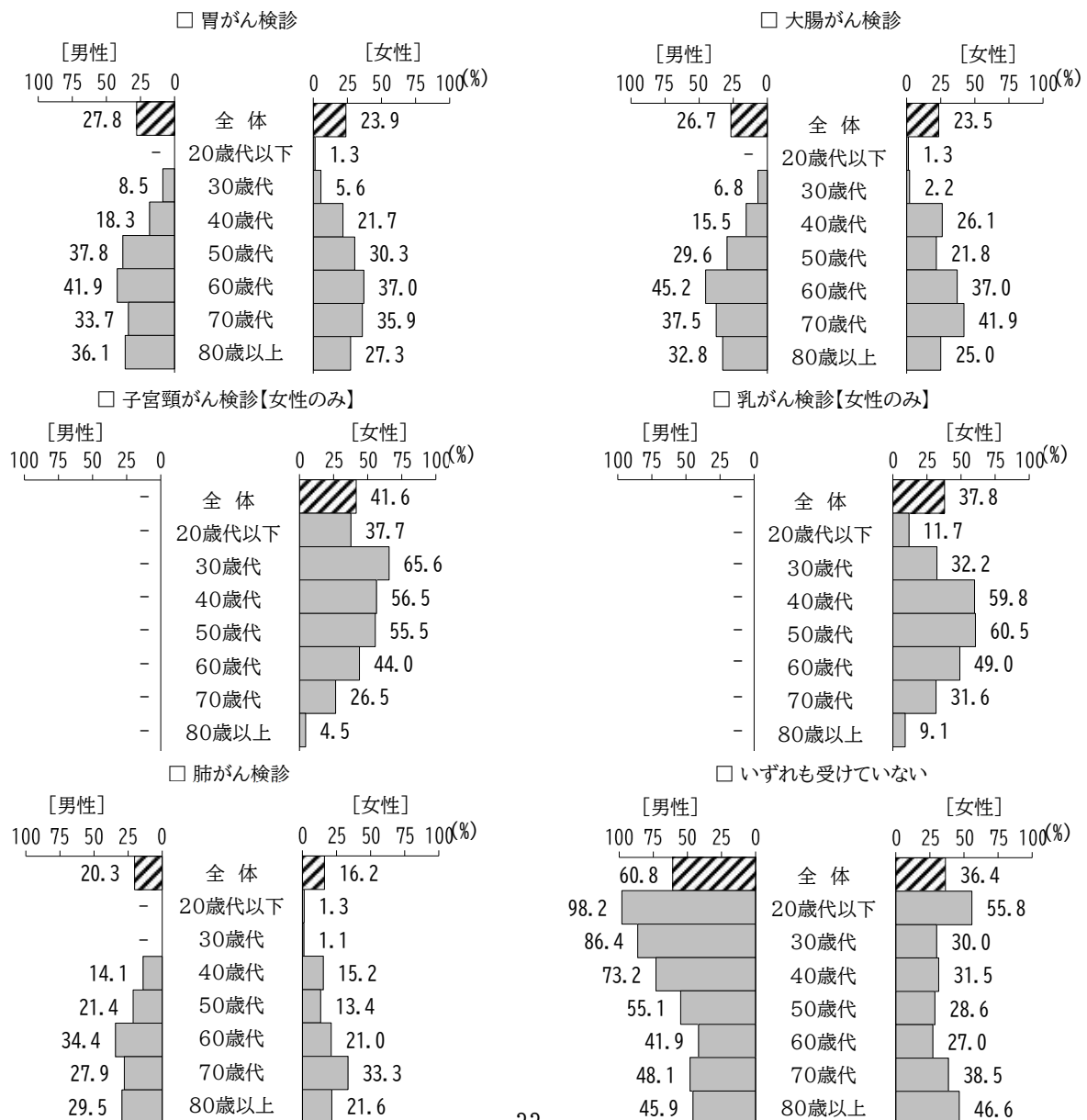
性別でみると、「肺がん検診」、「胃がん検診」、「大腸がん検診」はいずれも男性の方が女性よりも3～4ポイント高くなっている。また、「いずれも受けていない」（男性：60.8% 女性：36.4%）は男性の方が女性よりも24.4ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「胃がん検診」、「大腸がん検診」は男性では50歳代以上で高い傾向がみられ、特に60歳代で「大腸がん検診」が45.2%、「胃がん検診」が41.9%となっている。女性でも「大腸がん検診」が70歳代で41.9%と他の年代に比べて高くなっている。

女性のための「子宮頸がん検診」は30歳代～50歳代で5割以上となっており、特に30歳代で65.6%となっている。「乳がん検診」は40歳代、50歳代で6割前後と高くなっている。

また、「いずれも受けていない」は男性の20歳代～50歳代で5割以上となっており、特に20歳代以下で98.2%、30歳代で86.4%と高くなっている。

[男性]	全 体	n=(543)	50歳代	n=(98)	[女性]	全 体	n=(690)	50歳代	n=(119)
	20歳代以下	n=(56)	60歳代	n=(93)		20歳代以下	n=(77)	60歳代	n=(100)
	30歳代	n=(59)	70歳代	n=(104)		30歳代	n=(90)	70歳代	n=(117)
	40歳代	n=(71)	80歳以上	n=(61)		40歳代	n=(92)	80歳以上	n=(88)



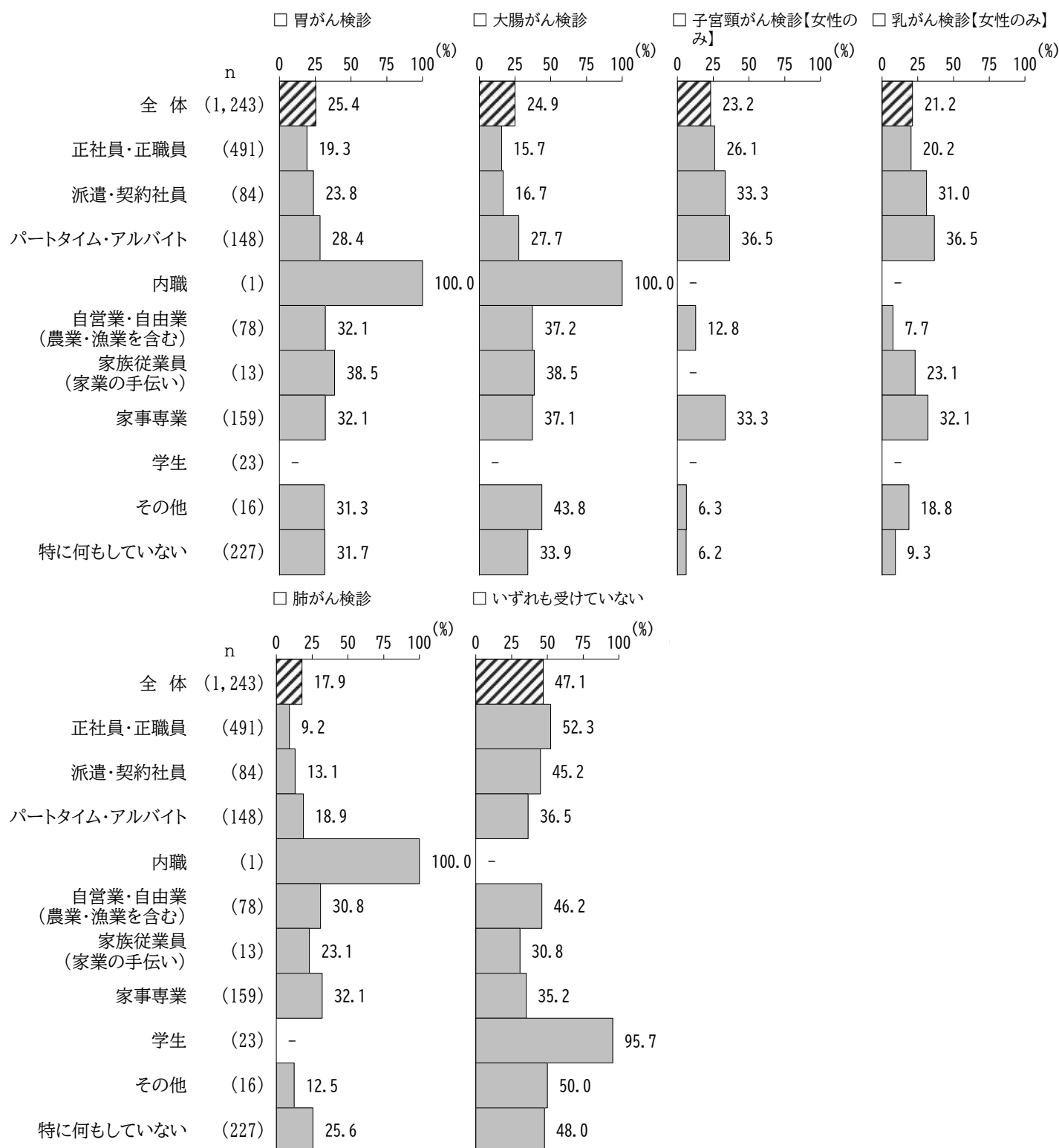
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【就労形態別】

就労形態別でみると、「胃がん検診」、「大腸がん検診」は自営業・自由業（農業・漁業を含む）、家事専業、特に何もしていない、「肺がん検診」は自営業・自由業（農業・漁業を含む）、家事専業でいずれも3割を超えている。

女性のための「子宮頸がん検診」、「乳がん検診」は派遣・契約社員、パートタイム・アルバイト、家事専業でいずれも3割を超えている。一方、正社員・正職員は2割台にとどまっている。

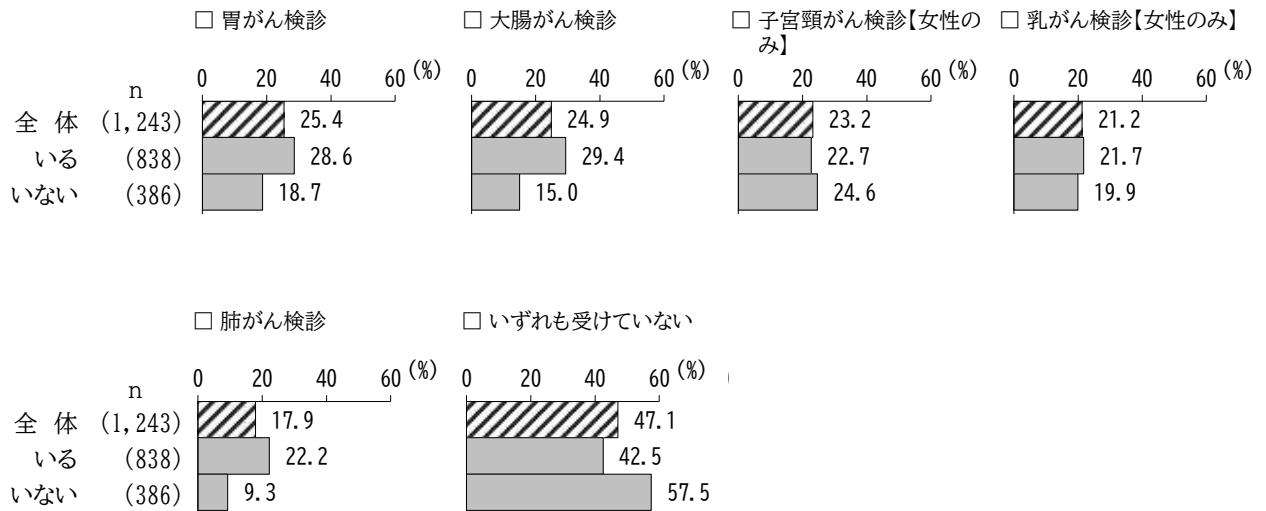
また、「いずれも受けていない」は正社員・正職員で52.3%と最も高く、特に何もしていないで48.0%、自営業・自由業（農業・漁業を含む）で46.2%、派遣・契約社員で45.2%となっている。



【かかりつけ医の有無別】

かかりつけ医の有無別でみると、「胃がん検診」（いる：28.6% いない：18.7%）で9.9ポイント、「大腸がん検診」（いる：29.4% いない：15.0%）で14.4ポイント、「肺がん検診」（いる：22.2% いない：9.3%）で12.9ポイント、それぞれいる方がいないよりもポイントが高くなっている。

一方、「いずれも受けていない」（いる：42.5% いない：57.5%）は、いない方がいるよりも15.0ポイント高くなっている。



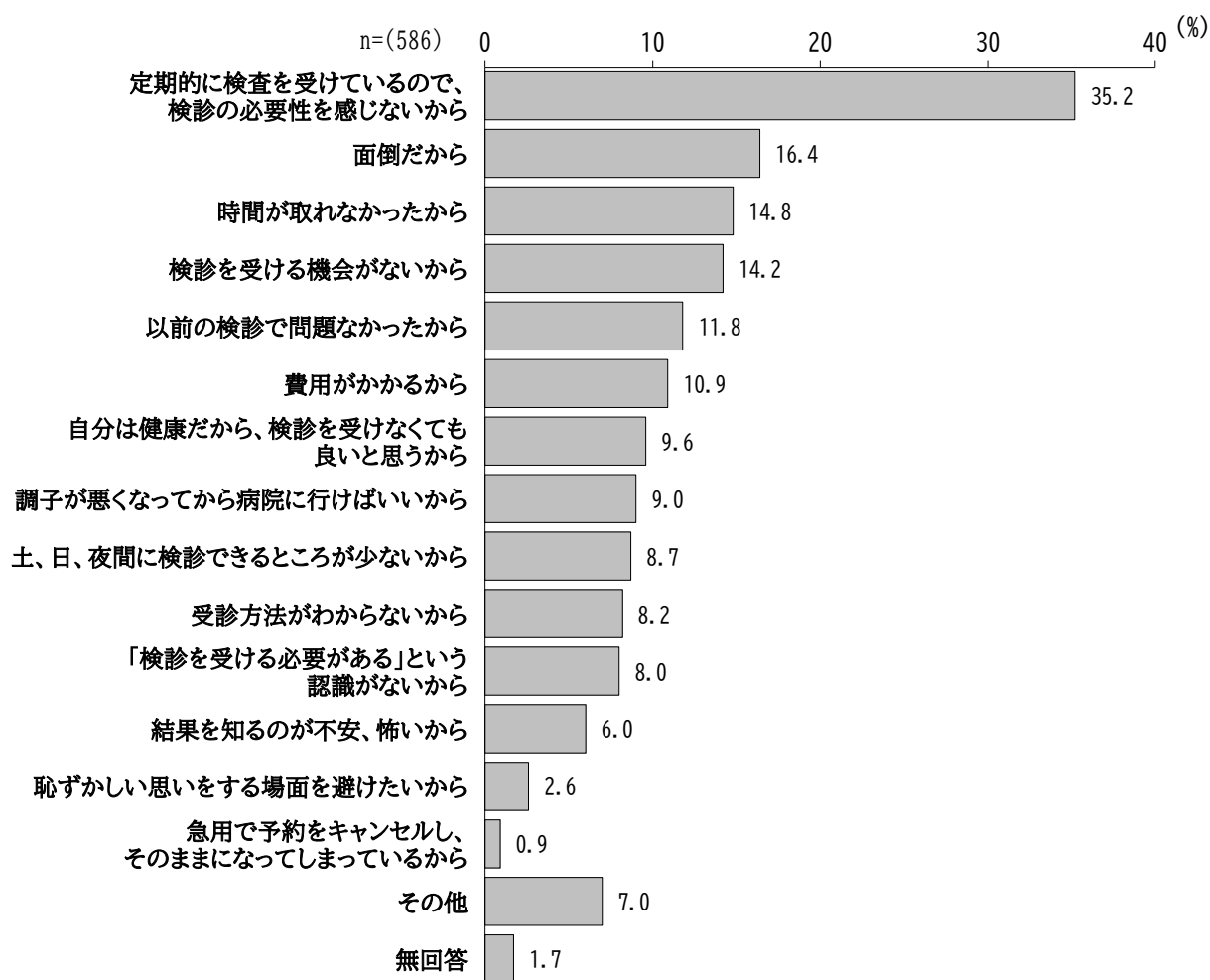
(5) がん検診を受けていない理由

(問3で「いずれも受けていない」と回答した方におたずねします。)

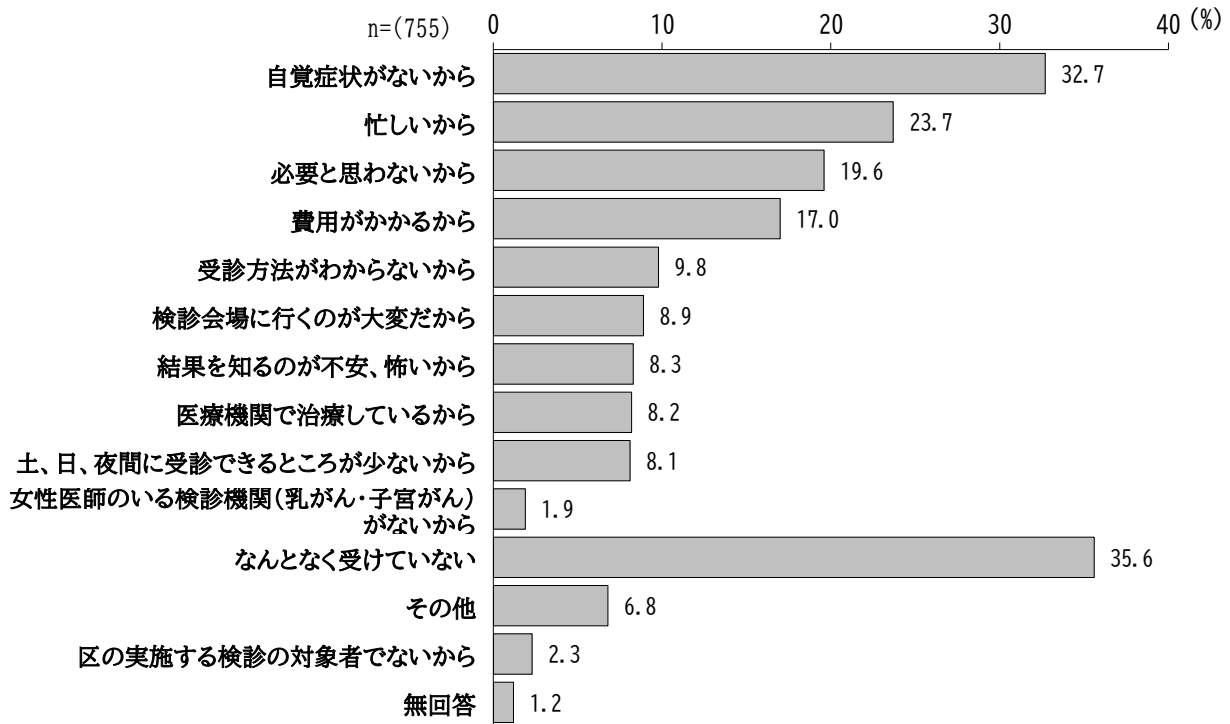
問3-1 その理由は何ですか。(○はいくつでも)

がん検診の受診状況で「いずれも受けていない」と回答した方にその理由をたずねた。その結果、「定期的に検査を受けているので、検診の必要性を感じないから」が35.2%で最も高く、次いで「面倒だから」が16.4%、「時間が取れなかったから」が14.8%、「検診を受ける機会がないから」が14.2%となっている。

参考までに時系列で比較すると、「費用がかかるから」(令和6年：10.9% 平成29年：17.0%)が前回調査より6.1ポイント減少している。



【参考：経年結果】



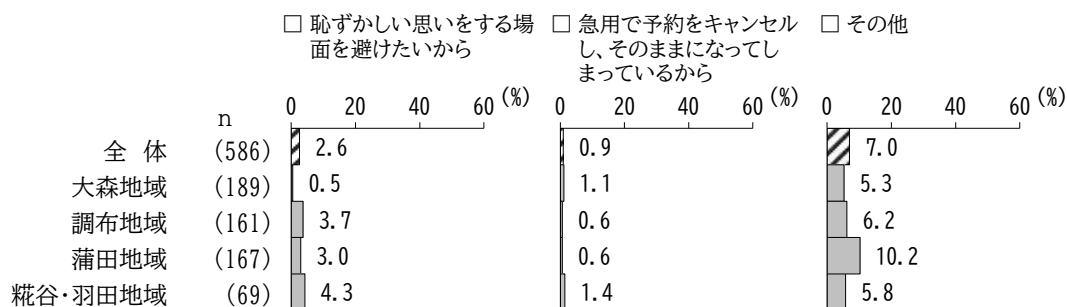
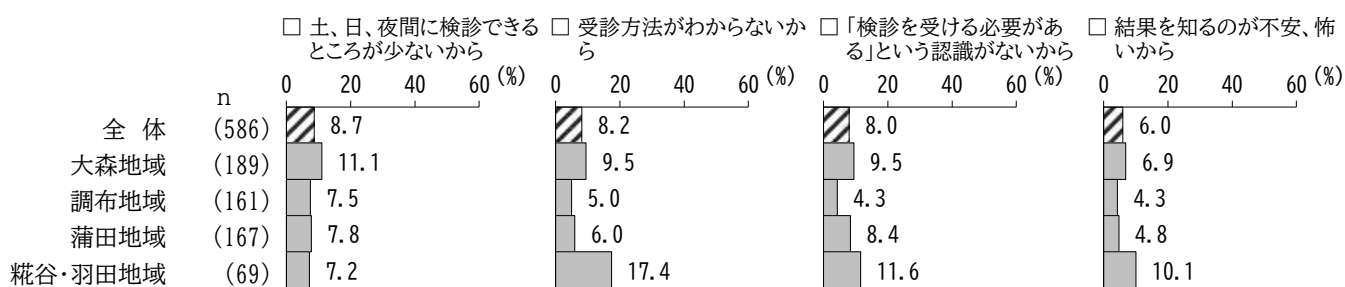
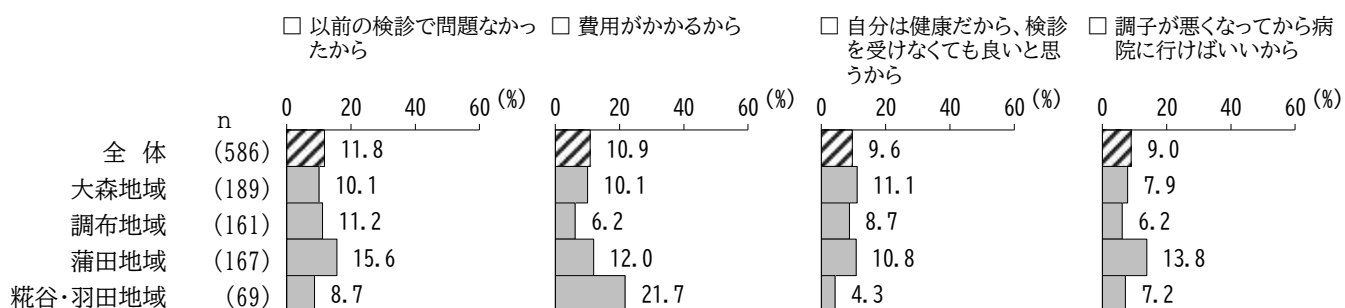
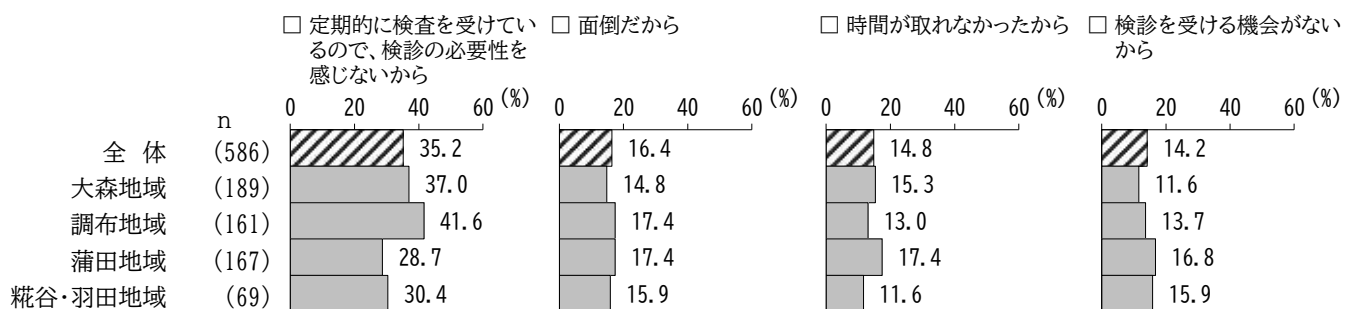
※今回調査より、選択肢「定期的に検査を受けているので、検診の必要性を感じないから」、「以前の検診で問題なかったから」、「自分は健康だから、検診を受けなくても良いと思うから」、「調子が悪くなってから病院に行けばいいから」、「『検診を受ける必要がある』という認識がないから」、「恥ずかしい思いをする場面を避けたいから」、「検診を受ける機会がないから」、「時間が取れなかったから」、「急用で予約をキャンセルし、そのままになってしまっているから」、「面倒だから」が追加された。

※今回調査より、「必要と思わないから」、「自覚症状がないから」、「忙しいから」、「医療機関で治療しているから」、「検診会場に行くのが大変だから」、「女性医師のいる検診機関(乳がん・子宮がん)がないから」、「なんとなく受けていない」、「区の実施する検診の対象者でないから」が削除された。

第2部 健康に関するアンケート調査結果

【地域別】

地域別でみると、「定期的に検査を受けているので、検診の必要性を感じないから」は調布地域で41.6%と最も高く、蒲田地域で28.7%と最も低くなっている。「費用がかかるから」は糀谷・羽田地域で21.7%と最も高く、調布地域で6.2%と最も低くなっている。「受診方法がわからないから」は糀谷・羽田地域で17.4%と他の地域に比べて高くなっている。

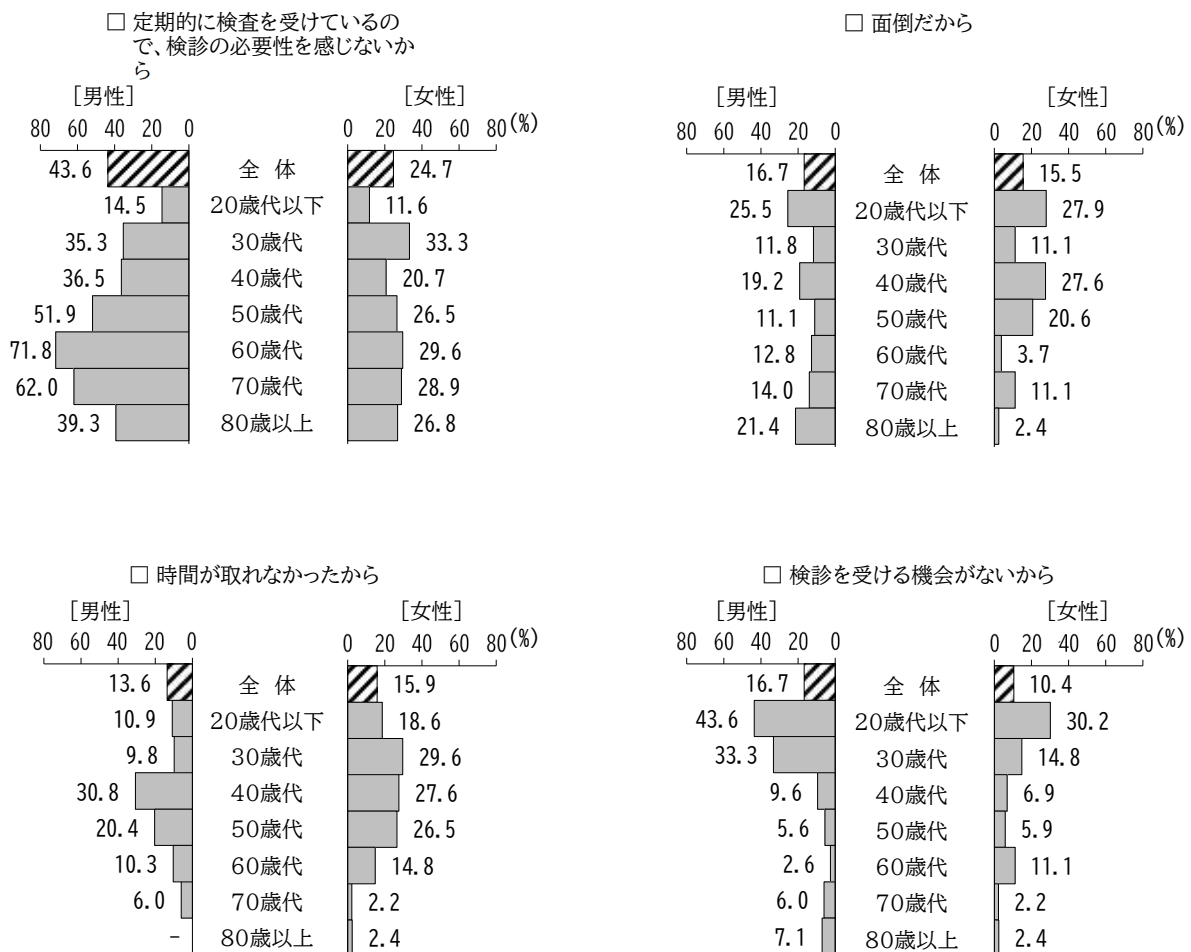


【性別、性／年代別】

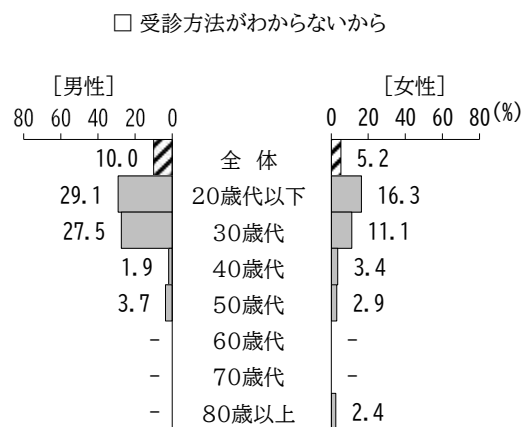
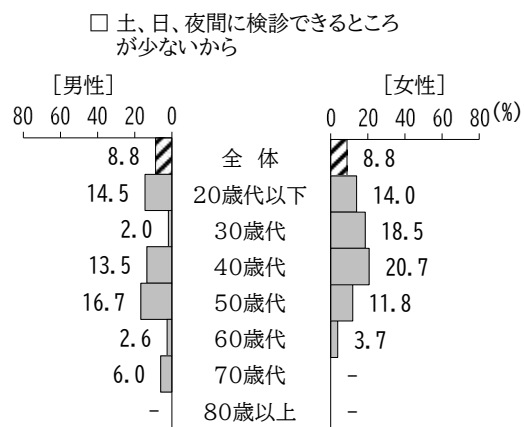
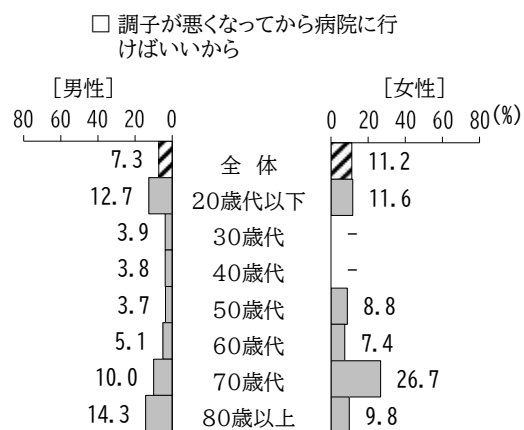
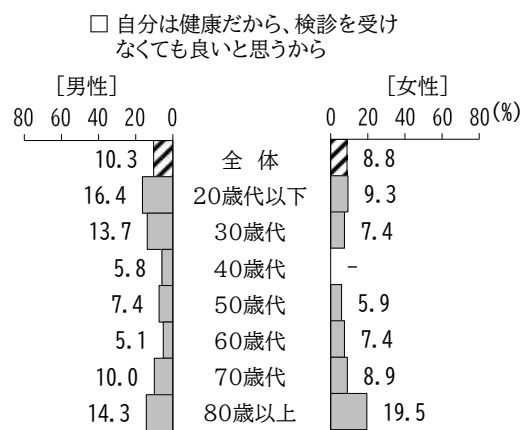
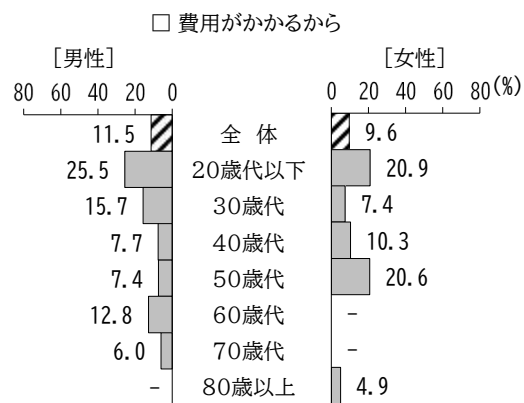
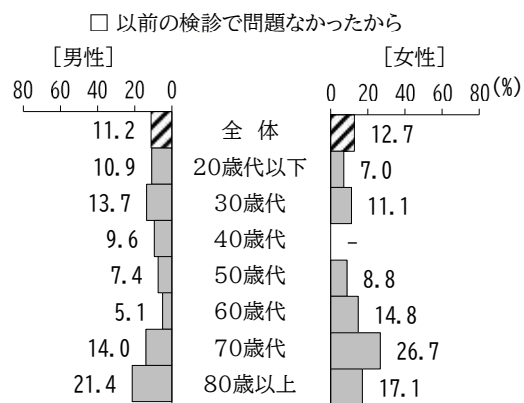
性別でみると、「定期的に検査を受けているので、検診の必要性を感じないから」（男性：43.6% 女性：24.7%）で18.9ポイント、「検診を受ける機会がないから」（男性：16.7% 女性：10.4%）で6.3ポイント、それぞれ男性の方が女性よりもポイントが高くなっている。

性／年代別でみると、「定期的に検査を受けているので、検診の必要性を感じないから」は男性の50歳代～70歳代で5割を超えており、60歳代で71.8%と最も高くなっている。「面倒だから」は男女ともに20歳代以下（男性：25.5% 女性：27.9%）で最も高くなっている。「時間が取れなかったから」は男性の40歳代で30.8%と他の年代に比べて高くなっている。「検診を受ける機会がないから」は男女ともに20歳代以下（男性：43.6% 女性：30.2%）で最も高く、男性の30歳代でも33.3%と他の年代に比べて高くなっている。

[男性]	全 体	n=(330)	50歳代	n=(54)	[女性]	全 体	n=(251)	50歳代	n=(34)
	20歳代以下	n=(55)	60歳代	n=(39)		20歳代以下	n=(43)	60歳代	n=(27)
	30歳代	n=(51)	70歳代	n=(50)		30歳代	n=(27)	70歳代	n=(45)
	40歳代	n=(52)	80歳以上	n=(28)		40歳代	n=(29)	80歳以上	n=(41)

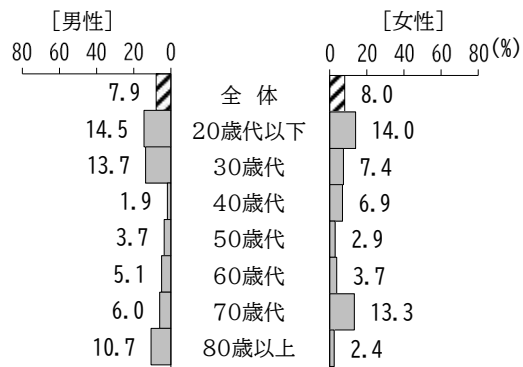


第2部 健康に関するアンケート調査結果

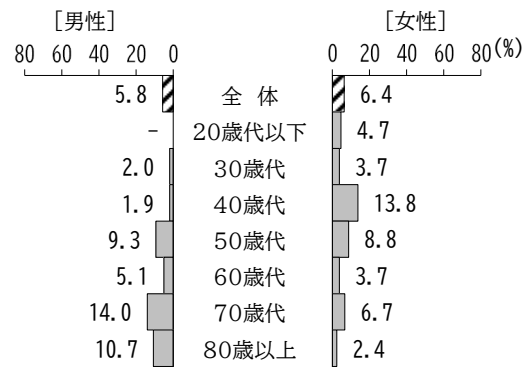


第2部 健康に関するアンケート調査結果

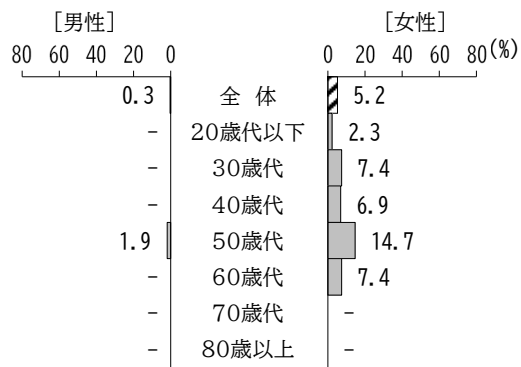
□ 「検診を受ける必要がある」という認識がないから



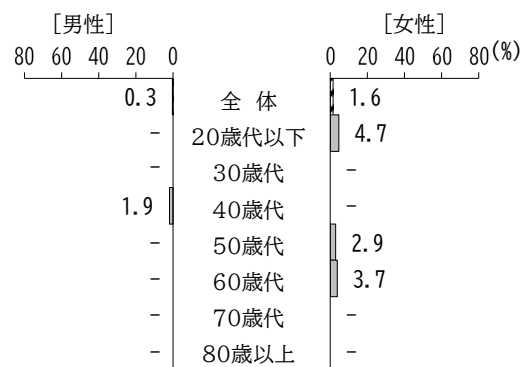
□ 結果を知るのが不安、怖いから



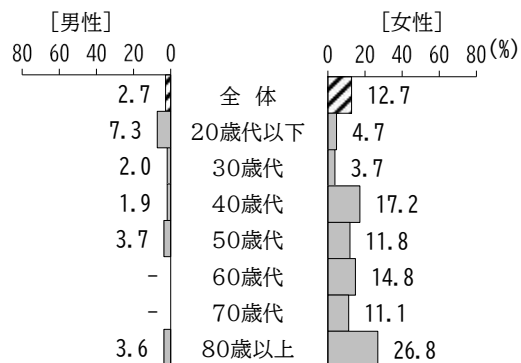
□ 恥ずかしい思いをする場面を避けたいから



□ 急用で予約をキャンセルし、そのままになってしまっているから



□ その他



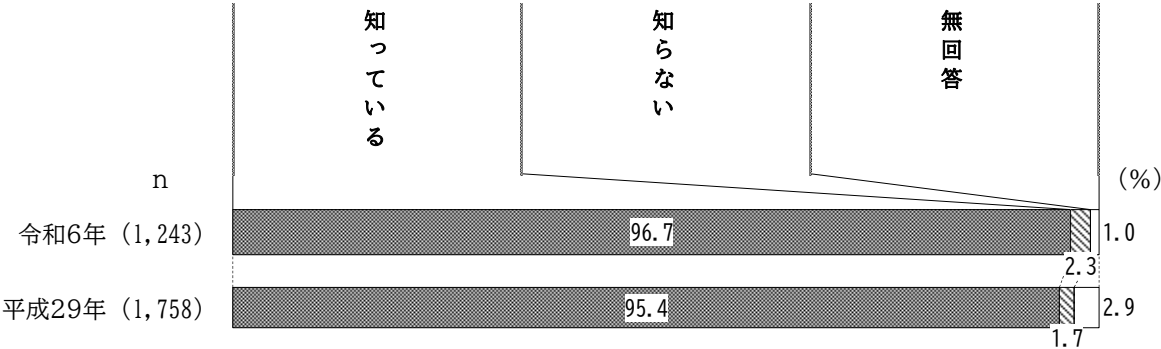
(6) がんとの関連性

問4 あなたは次のことが、がんの発生と関連していることを知っていますか。
(○はそれぞれ1つずつ)

①喫煙とがんの関連性

喫煙とがんの関連性は、「知っている」が96.7%、「知らない」が2.3%となっている。

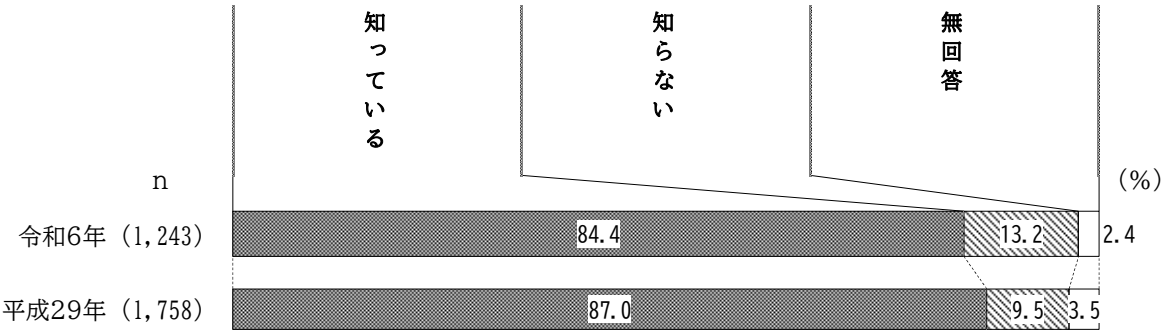
時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



②飲酒と食道がん、肝臓がん、咽頭がんの関連性

飲酒と食道がん、肝臓がん、咽頭がんの関連性は、「知っている」が84.4%、「知らない」が13.2%となっている。

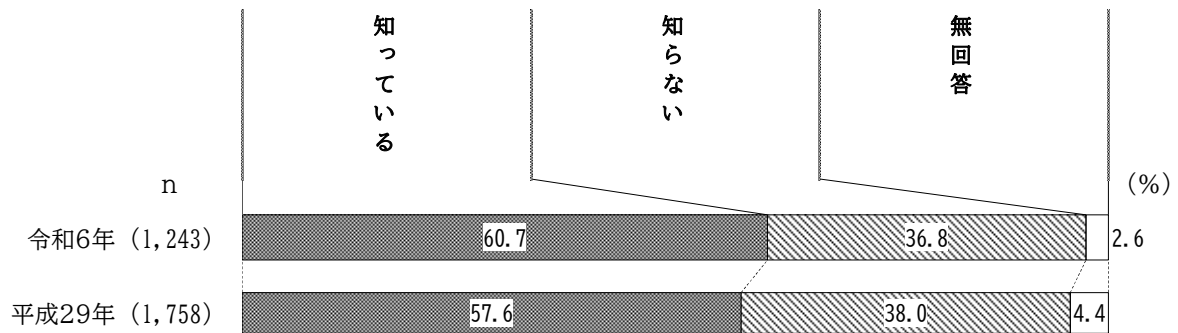
時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



③肥満と食道がん、結腸がん、直腸がんの関連性

肥満と食道がん、結腸がん、直腸がんの関連性は、「知っている」が60.7%、「知らない」が36.8%となっている。

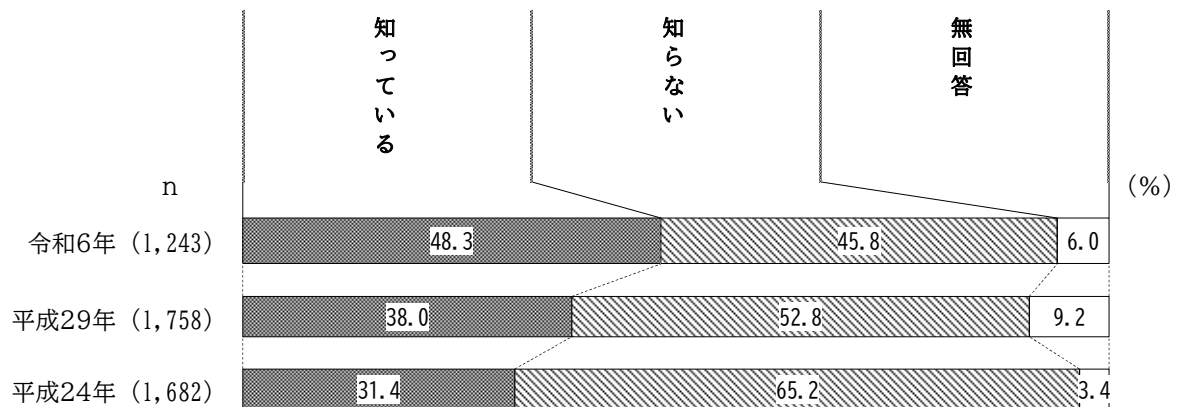
時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



④HPV（ヒトパピローウイルス）と子宮頸がんの関連性

HPV（ヒトパピローウイルス）と子宮頸がんの関連性は、「知っている」が48.3%、「知らない」が45.8%となっている。

時系列で比較すると、「知っている」（令和6年：48.3% 平成29年：38.0% 平成24年：31.4%）が前回調査より10.3ポイント、前々回調査より16.9ポイント増加している。

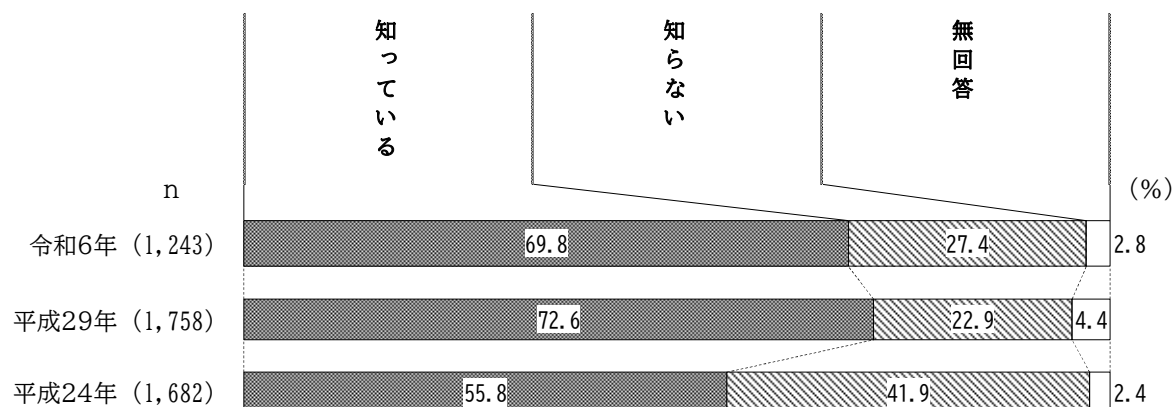


第2部 健康に関するアンケート調査結果

⑤ヘリコバクター・ピロリ菌と胃がんの関連性

ヘリコバクター・ピロリ菌と胃がんの関連性は、「知っている」が69.8%、「知らない」が27.4%となっている。

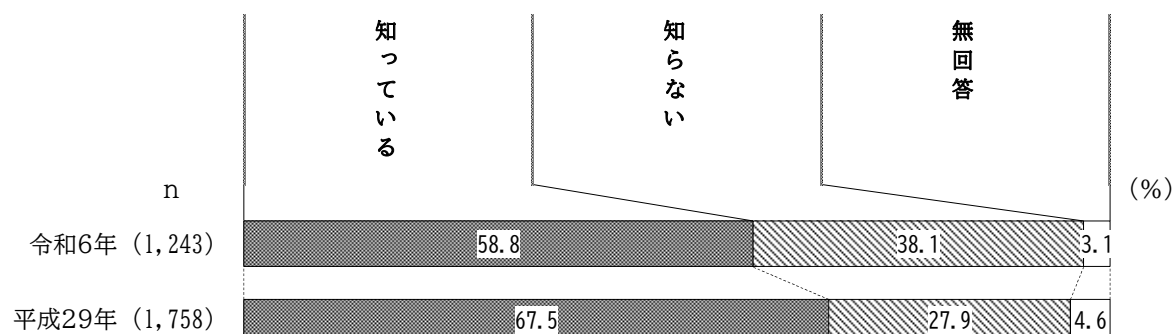
時系列で比較すると、「知っている」（令和6年：69.8% 平成29年：72.6% 平成24年：55.8%）が前々回調査より14.0ポイント増加している。



⑥B型・C型肝炎ウイルスと肝臓がんの関連性

B型・C型肝炎ウイルスと肝臓がんの関連性は、「知っている」が58.8%、「知らない」が38.1%となっている。

時系列で比較すると、「知っている」（令和6年：58.8% 平成29年：67.5%）が前回調査より8.7ポイント減少している。



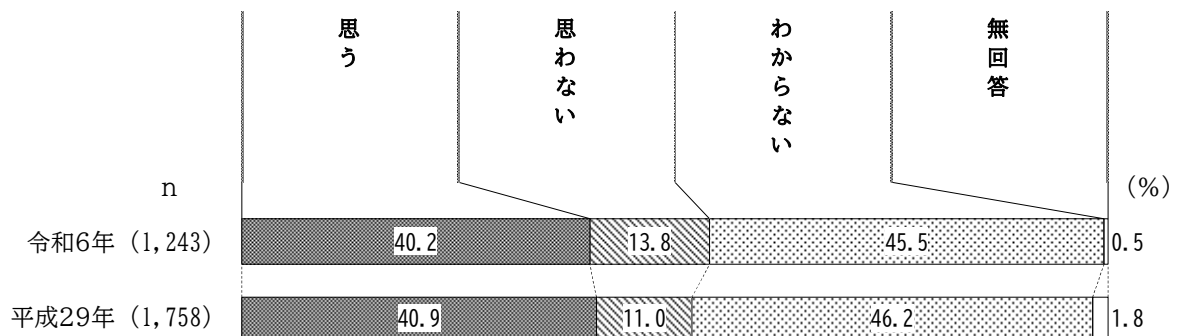
(7) がん発病後の地域での暮らし

問5 あなたはがんになっても今までどおり地域で暮らしていけるとおもいますか。

(○は1つ)

がん発病後の地域での暮らしは、「わからない」が45.5%で最も高く、次いで「思う」が40.2%、「思わない」が13.8%となっている。

時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



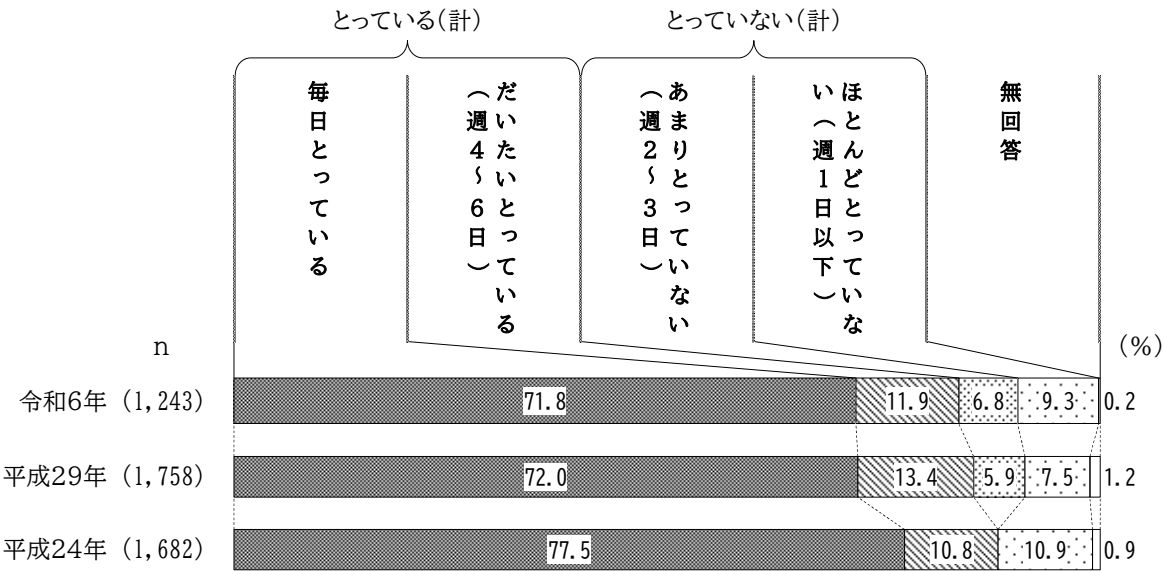
3. 食生活について

(1) 朝食の摂取状況

問6 あなたは普段朝食をとっていますか。(○は1つ)

朝食の摂取状況は、「毎日とっている」が71.8%で最も高く、次いで「だいたいとっている（週4～6日）」が11.9%となっている。一方、「あまりとっていない（週2～3日）」（6.8%）と「ほとんどとっていない（週1日以下）」（9.3%）を合わせて、《とっていない（計）》は16.1%となっている。

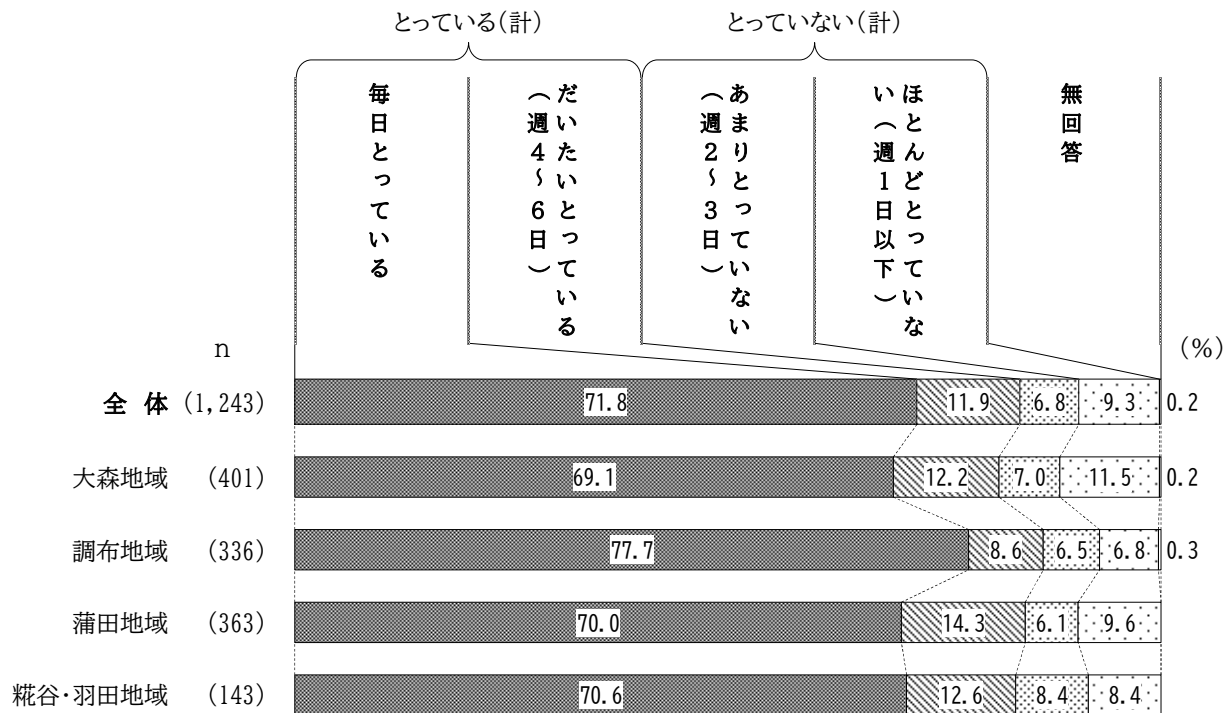
時系列で比較すると、「毎日とっている」（令和6年：71.8% 平成29年：72.0% 平成24年：77.5%）が前々回調査より5.7ポイント減少している。



※前々回までの調査における選択肢「週2～6日はとっている」は、前回調査より「だいたいとっている（週4～6日）」、「あまりとっていない（週2～3日）」の2つに細分化された。

【地域別】

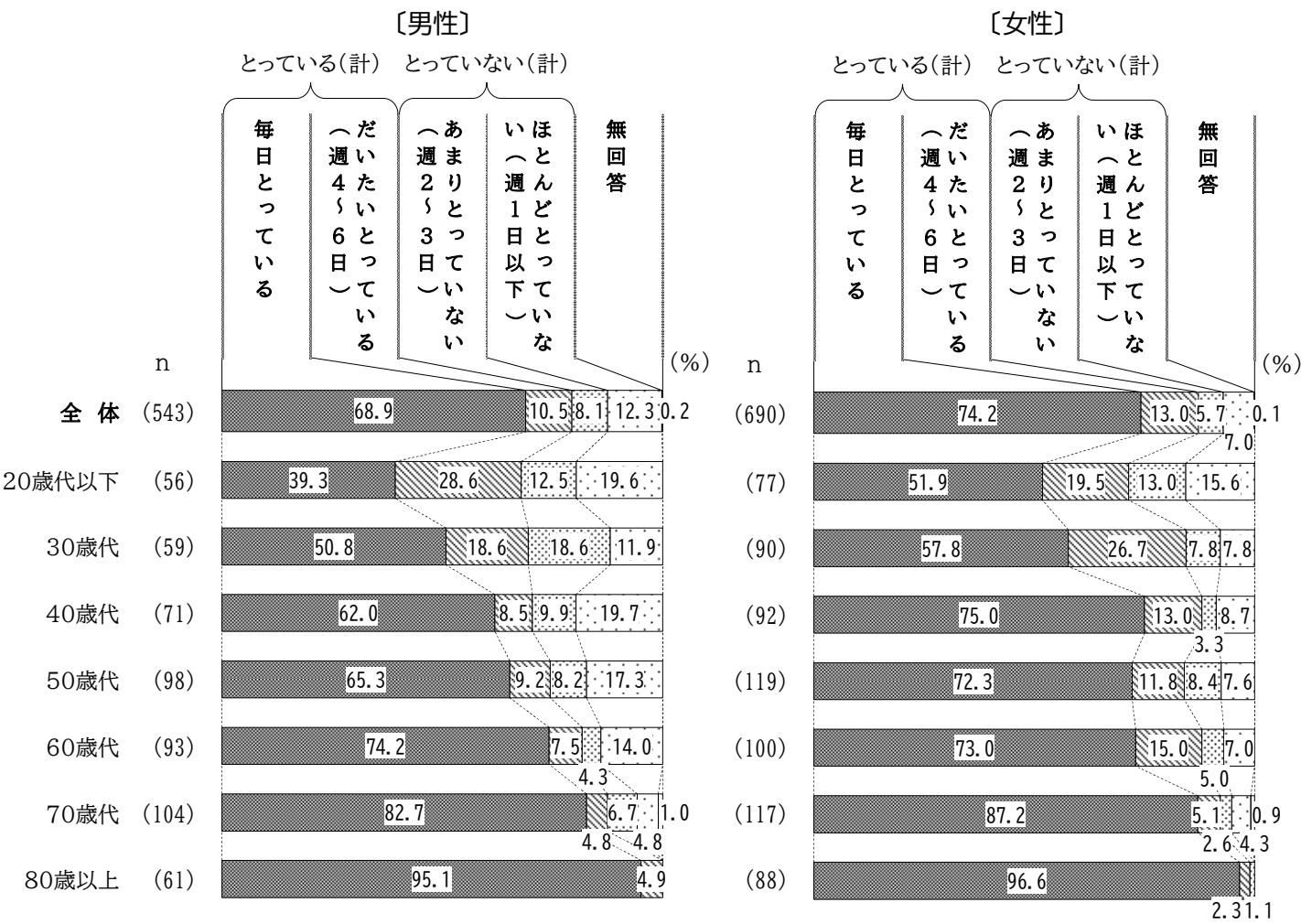
地域別でみると、「毎日とっている」が調布地域で77.7%と最も高く、大森地域で69.1%と最も低くなっている。また、「毎日とっている」と「だいたいとっている（週4～6日）」を合わせた「とっている（計）」はいずれの地域でも8割を超えている。



【性別、性／年代別】

性別でみると、「毎日とっている」（男性：68.9% 女性：74.2%）は、女性の方が男性よりも5.3ポイント高く、《とっている（計）》（男性：79.4% 女性：87.2%）は、女性の方が男性よりも7.8ポイント高くなっている。一方、「ほとんどとっていない」（男性：12.3% 女性：7.0%）は、男性の方が女性より5.3ポイント高くなっている。

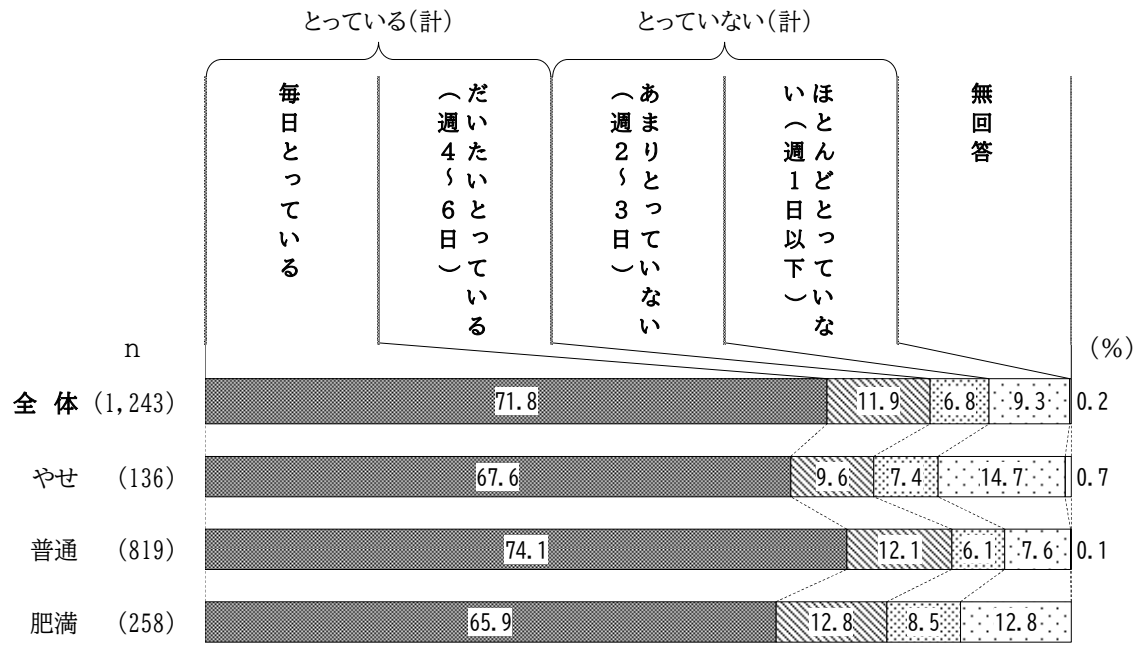
性／年代別でみると、「毎日とっている」は男女ともに20歳代以下（男性：39.3% 女性：51.9%）が最も低く、おおむね年代が上がるほど高くなっており、《とっている（計）》も同様の傾向がみられる。一方、《とっていない（計）》は男女ともに20歳代以下（男性：32.1% 女性：28.6%）で最も高くなっており、男性で30歳代～40歳代も3割前後となっている。



【BMI別】

BMI別でみると、「毎日とっている」が普通で74.1%と最も高く、肥満で65.9%と最も低くなっている。

《とっている（計）》は普通で86.2%と最も高くなっている。一方、《とっていない（計）》はやせで22.1%、肥満で21.3%と普通の13.7%に比べて高くなっている。

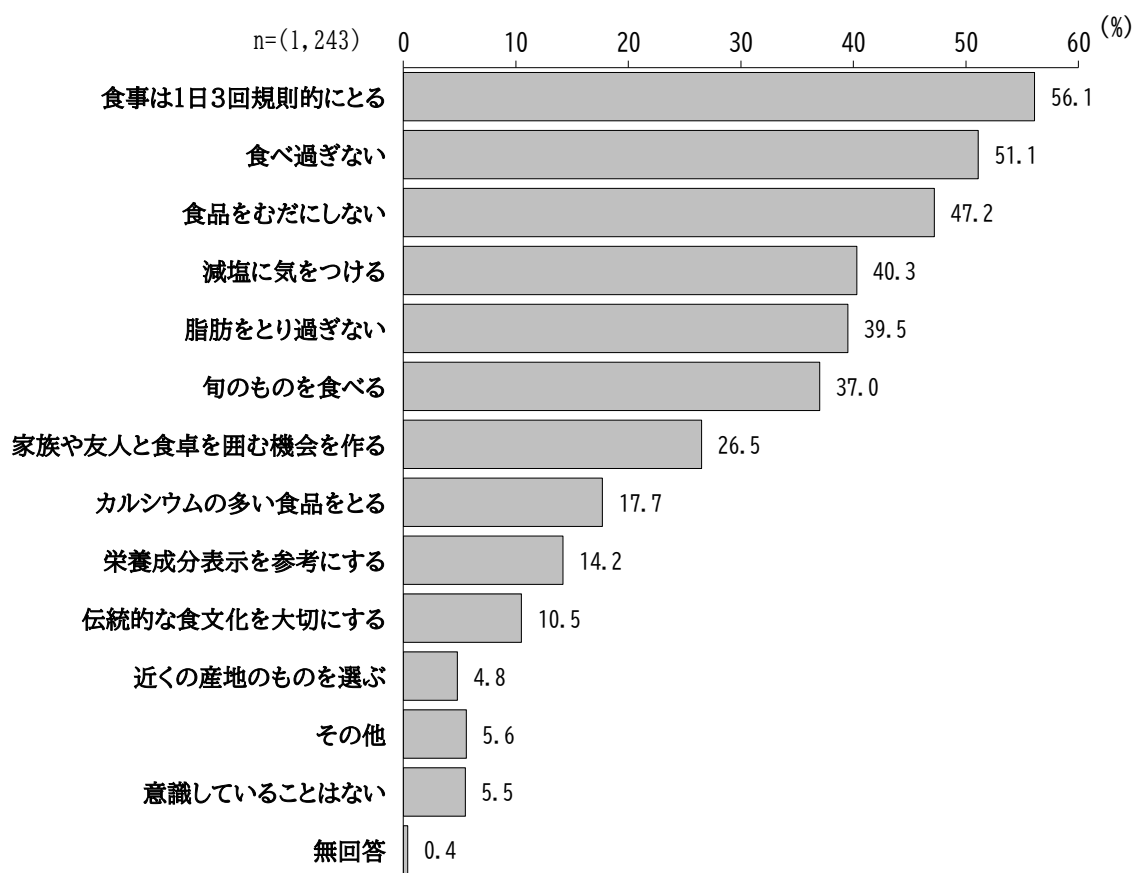


(2) 日頃の食生活で気をつけていること

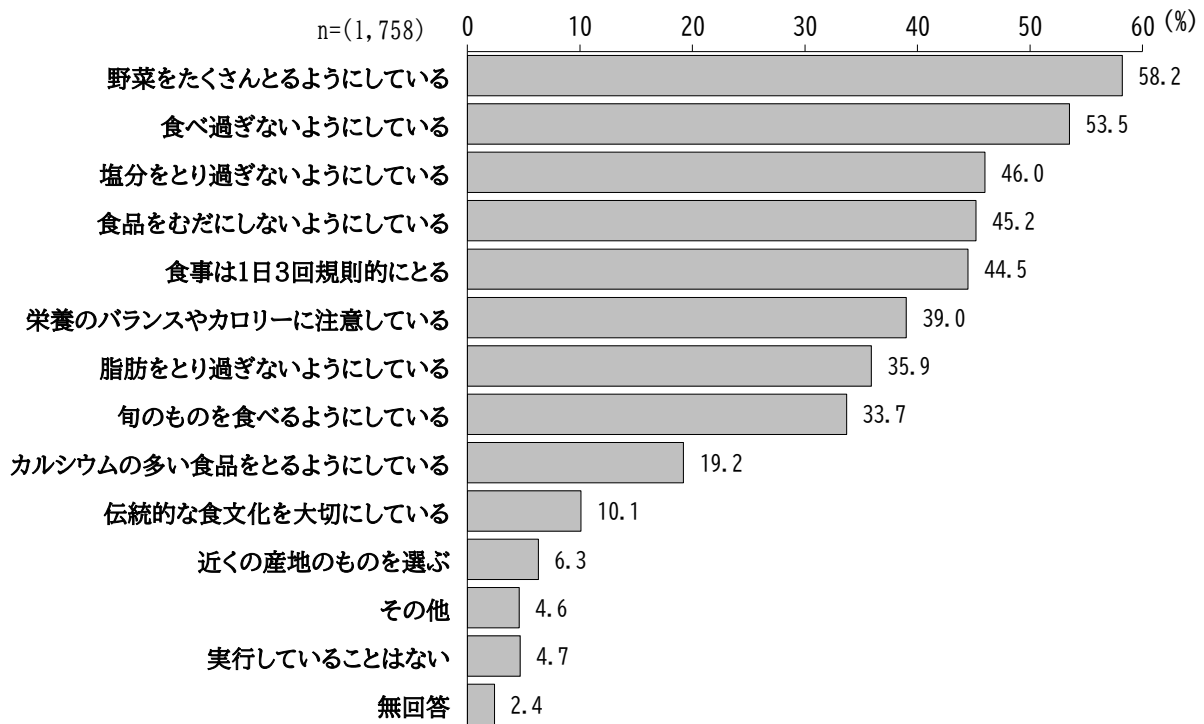
問7 あなたは日頃の食生活で、どんなことに気をつけていますか。(〇はいくつでも)

日頃の食生活で気をつけていることは、「食事は1日3回規則的にとる」が56.1%で最も高く、次いで「食べ過ぎない」が51.1%、「食品をむだにしない」が47.2%、「減塩に気をつける」が40.3%となっている。

参考までに時系列で比較すると、「食事は1日3回規則的にとる」(令和6年：56.1% 平成29年：44.5%)が前回調査より11.6ポイント増加している。



【参考：経年比較】



※今回調査より、選択肢「栄養成分表示を参考にする」、「家族や友人と食卓を囲む機会を作る」が追加された。

※今回調査より、「野菜をたくさんとるようにしている」、「栄養のバランスやカロリーに注意している」が削除された。

※今回調査より、選択肢「塩分をとり過ぎないようにしている」は「減塩に気をつける」、「食べ過ぎないようにしている」は「食べ過ぎない」、「脂肪をとり過ぎないようにしている」は「脂肪をとり過ぎない」、「カルシウムの多い食品をとるようにしている」は「カルシウムの多い食品をとる」、「食品をむだにしないようにしている」は「食品をむだにしない」、「伝統的な食文化を大切にしている」は「伝統的な食文化を大切にする」、「旬のものを食べるようにしている」は「旬のものを食べる」、「実行していることはない」は「意識していることはない」という表記に変更している。

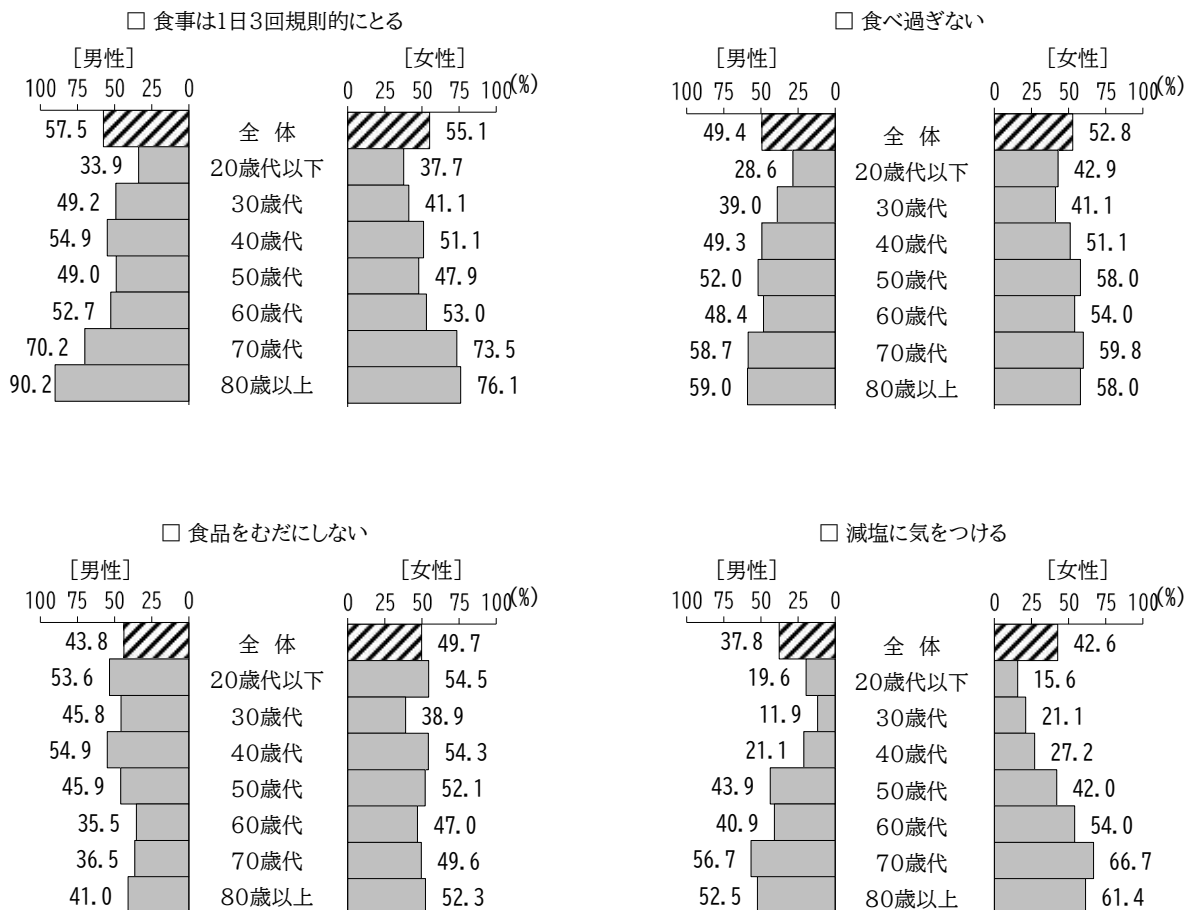
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

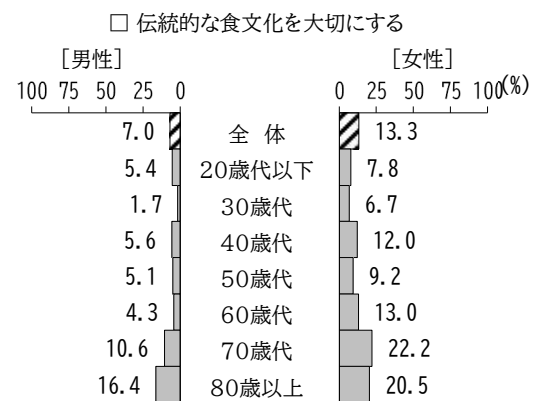
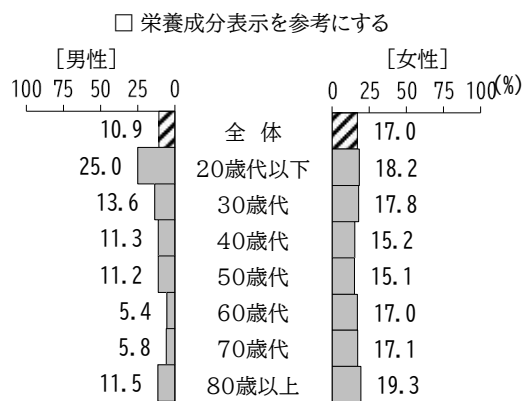
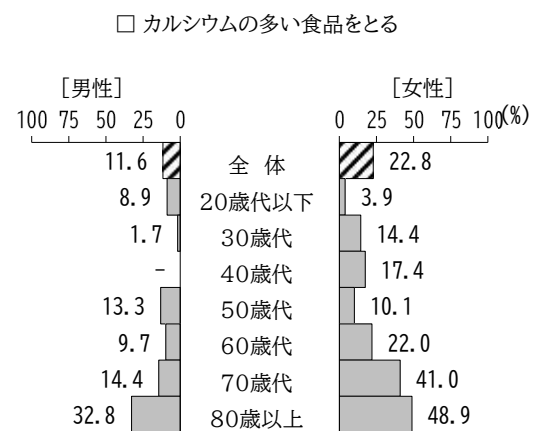
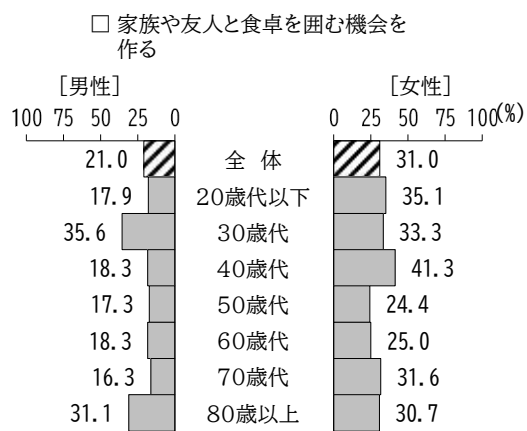
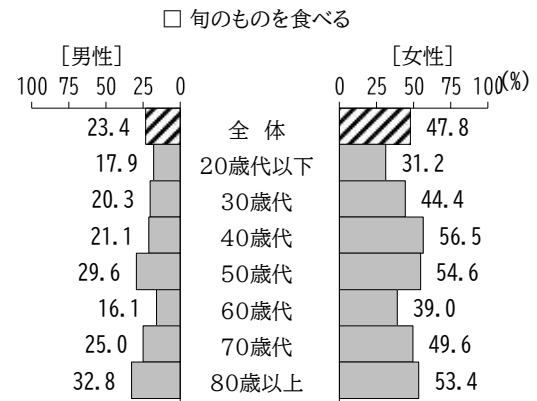
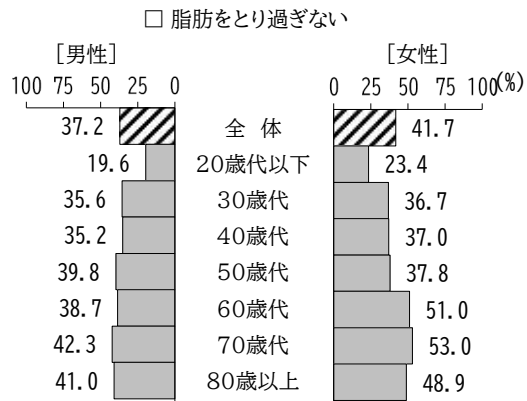
性別でみると、「食事は1日3回規則的にとる」を除くすべての項目で女性が男性を上回っており、特に「旬のものを食べる」（男性：23.4％ 女性：47.8％）で24.4ポイント、「カルシウムの多い食品をとる」（男性：11.6％ 女性：22.8％）で11.2ポイント、「家族や友人と食卓を囲む機会を作る」（男性：21.0％ 女性：31.0％）で10.0ポイント、それぞれ女性の方が男性より10ポイント以上高くなっている。

性／年代別でみると、「食事は1日3回規則的にとる」は男性では80歳以上で90.2％と最も高く、20歳代以下で33.9％と最も低くなっており、女性では80歳以上と70歳代が7割台で高く、20歳代以下で37.7％と最も低い。「食品をむだにしない」は男性では40歳代で54.9％、20歳代以下で53.6％と高く、60歳代で35.5％と最も低い。女性では20歳代以下で54.5％、40歳代で54.3％と高く、30歳代で38.9％と最も低い。「減塩に気をつける」は男性では70歳代で56.7％と最も高く、30歳代で11.9％と最も低くなっている。女性ではおおむね年代が上がるほど高くなっており、70歳代で66.7％と最も高く、20歳代以下で15.6％と最も低くなっている。

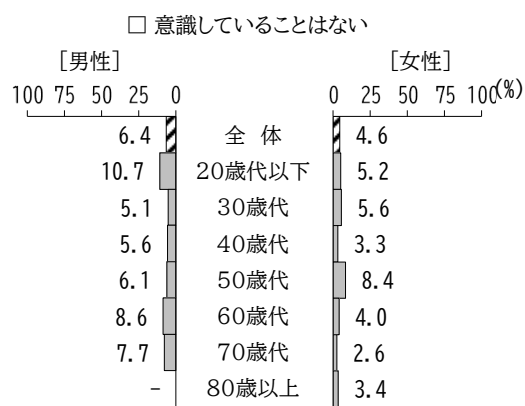
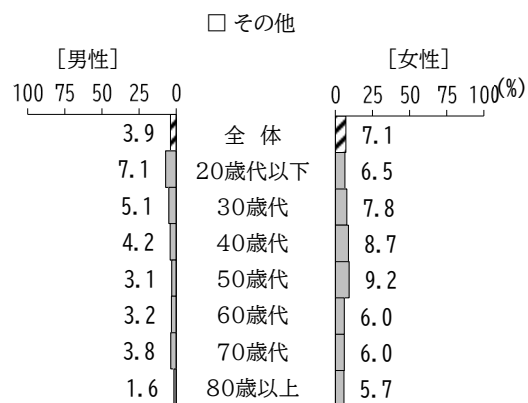
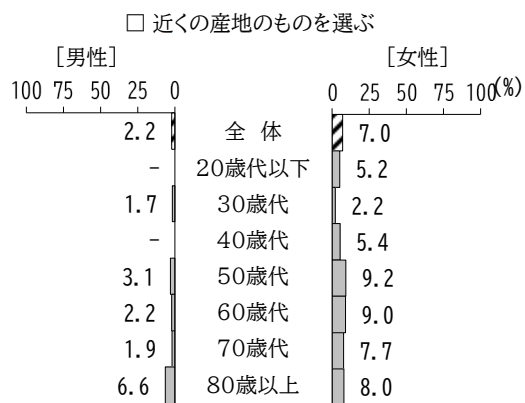
[男性]	全 体	n=(543)	50歳代	n=(98)	[女性]	全 体	n=(690)	50歳代	n=(119)
	20歳代以下	n=(56)	60歳代	n=(93)		20歳代以下	n=(77)	60歳代	n=(100)
	30歳代	n=(59)	70歳代	n=(104)		30歳代	n=(90)	70歳代	n=(117)
	40歳代	n=(71)	80歳以上	n=(61)		40歳代	n=(92)	80歳以上	n=(88)



第2部 健康に関するアンケート調査結果



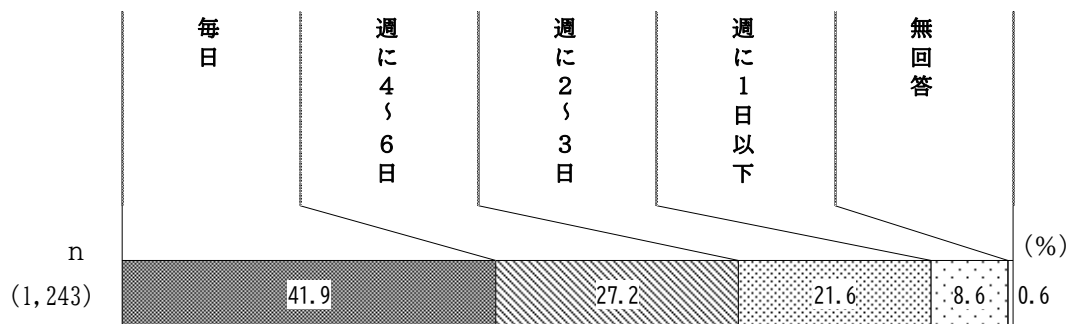
第2部 健康に関するアンケート調査結果



(3) 主食、主菜、副菜をそろえた食事の回数

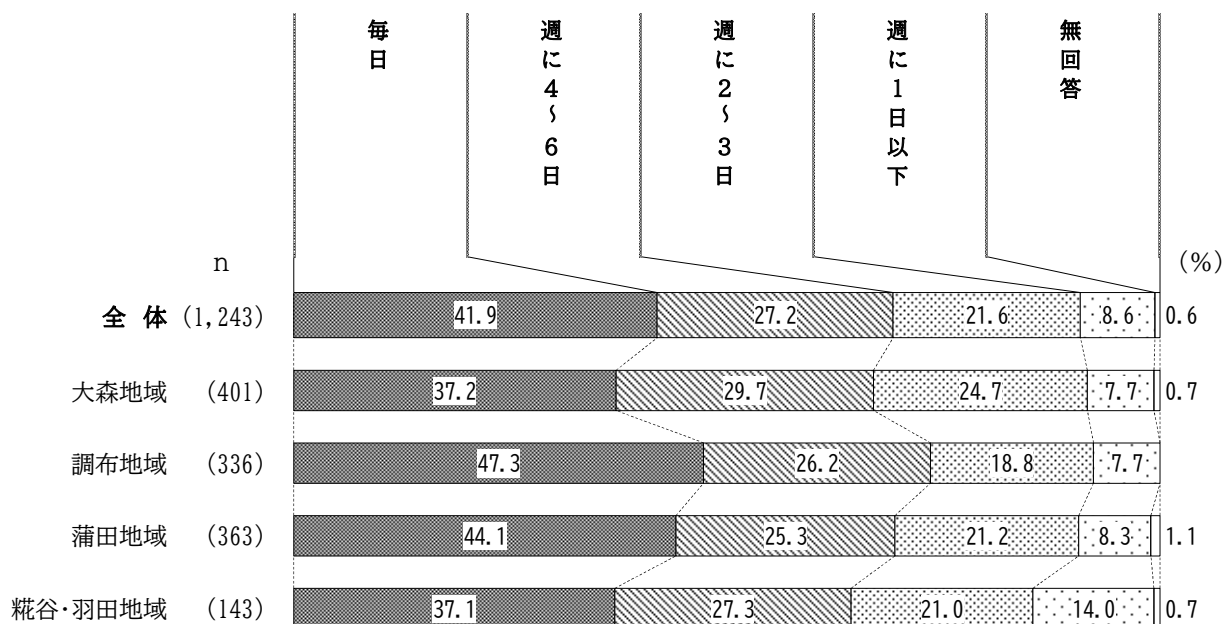
問8 あなたは、1日に2回以上、主食（ごはん、パン、麺類などの料理）、主菜（魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理）、副菜（野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理）の3つを組み合わせる食べることが週に何日ありますか。最もあてはまるものをお答えください。（○は1つ）

主食、主菜、副菜をそろえた食事の回数は、「毎日」が41.9%で最も高く、次いで「週に4～6日」が27.2%、「週に2～3日」が21.6%、「週に1日以下」が8.6%となっている。



【地域別】

地域別でみると、「毎日」が調布地域で47.3%と最も高く、糀谷・羽田地域で37.1%、大森地域で37.2%と低くなっている。

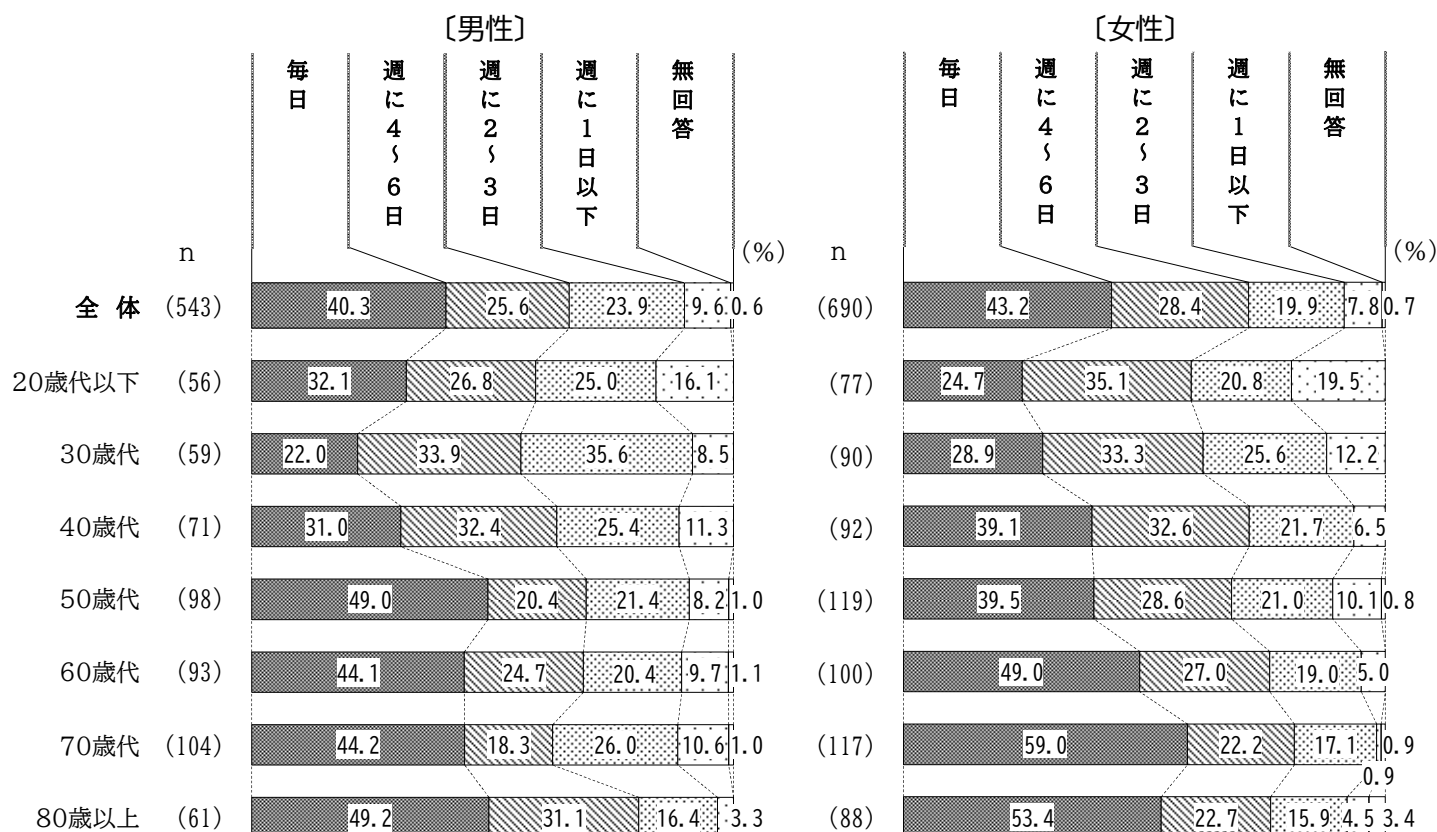


第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、特に大きな違いはみられない。

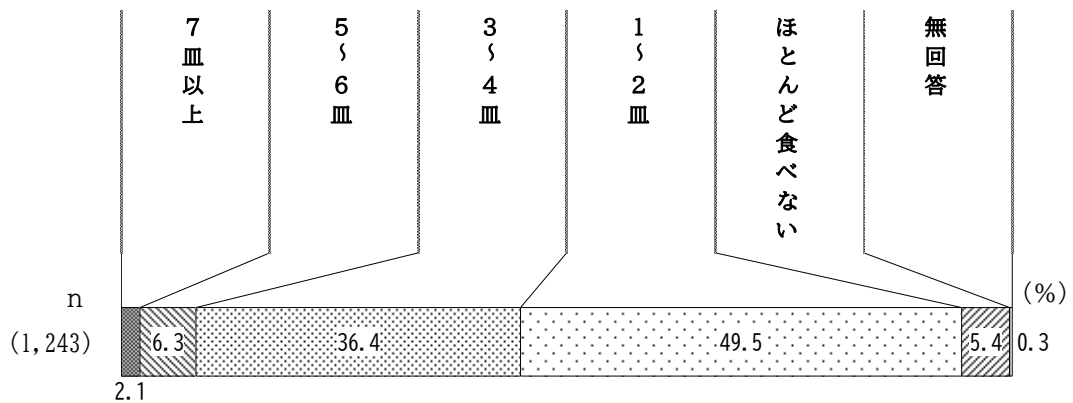
性／年代別でみると、「毎日」は男性が50歳以上で4割台と高くなっており、30歳代で22.0%と最も低くなっている。女性では20歳代以下で24.7%と最も低く、おおむね年代が上がるほど高くなっている。一方、「週に1日以下」は男女ともに20歳代以下（男性：16.1% 女性：19.5%）で最も高くなっている。



(4) 野菜の1日の摂取量

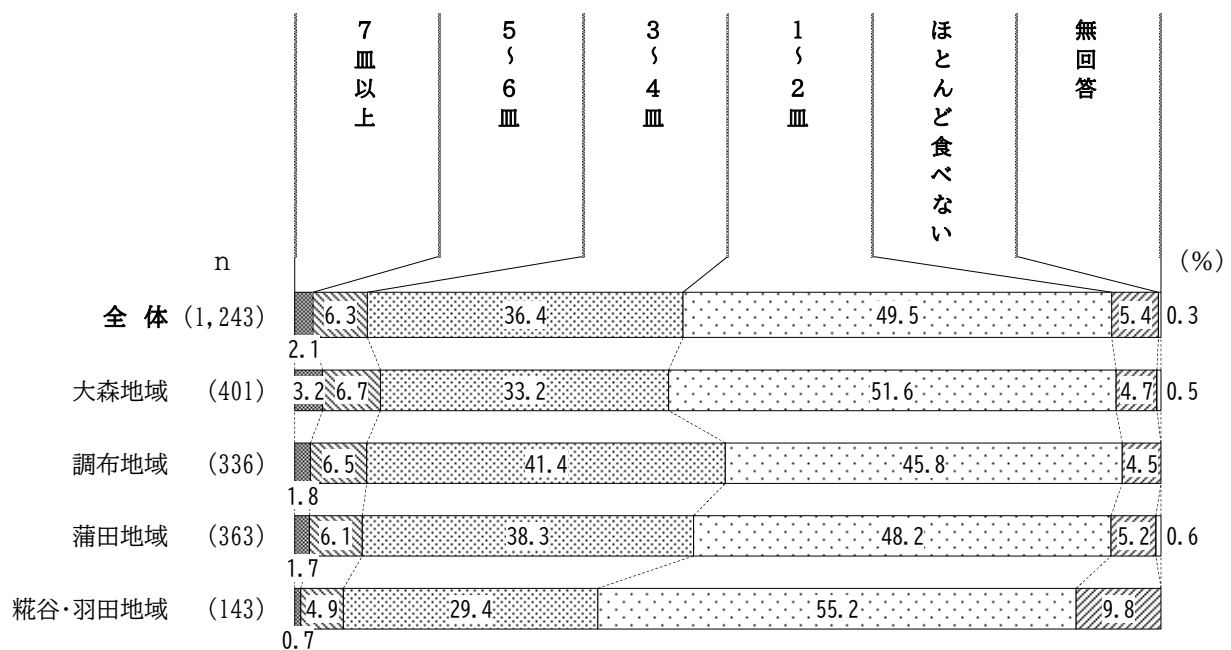
問9 あなたは、ふだん、1日に野菜料理（野菜を主な材料とした料理）を皿数で数えると何皿食べていますか。最もあてはまるものをお答えください。1皿は、小鉢1個分程度と考えてください。（○は1つ）

野菜の1日の摂取量は、「1～2皿」が49.5%で最も高く、次いで「3～4皿」が36.4%、「5～6皿」が6.3%となっている。一方、「ほとんど食べない」が5.4%となっている。



【地域別】

地域別でみると、「1～2皿」が糀谷・羽田地域で55.2%、大森地域で51.6%と高くなっている。「3～4皿」が調布地域で41.4%と最も高く、糀谷・羽田地域で29.4%と最も低くなっている。また、「ほとんど食べない」が糀谷・羽田地域で9.8%と他の地域に比べて高くなっている。

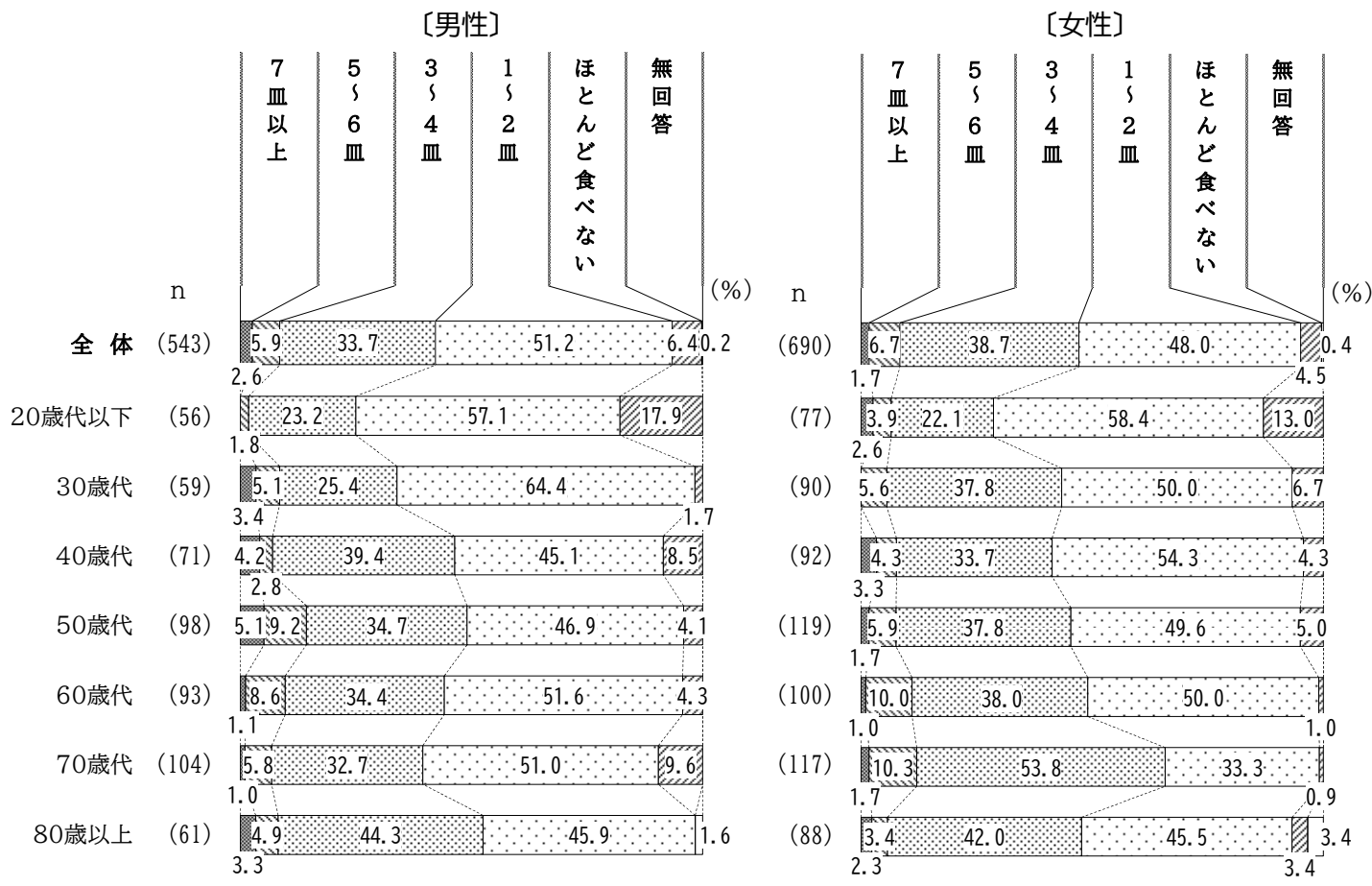


第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、「3～4皿」（男性：33.7% 女性：38.7%）は、女性の方が男性よりも5.0ポイント高くなっている。

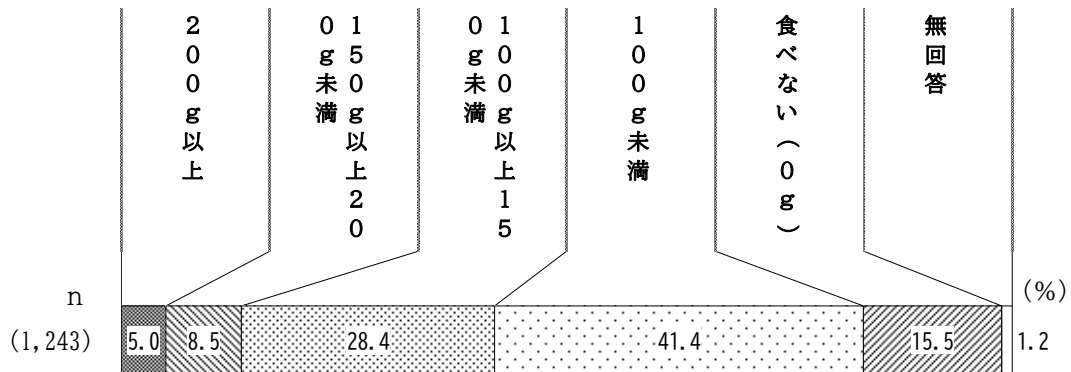
性／年代別でみると、「3～4皿」は男性が80歳以上で44.3%、女性が70歳代で53.8%と最も高く、男女ともに20歳代以下で2割台と最も低くなっている。一方、「ほとんど食べない」は男女ともに20歳代以下（男性：17.9% 女性：13.0%）で最も高くなっている。



(5) 果物の1日の摂取量

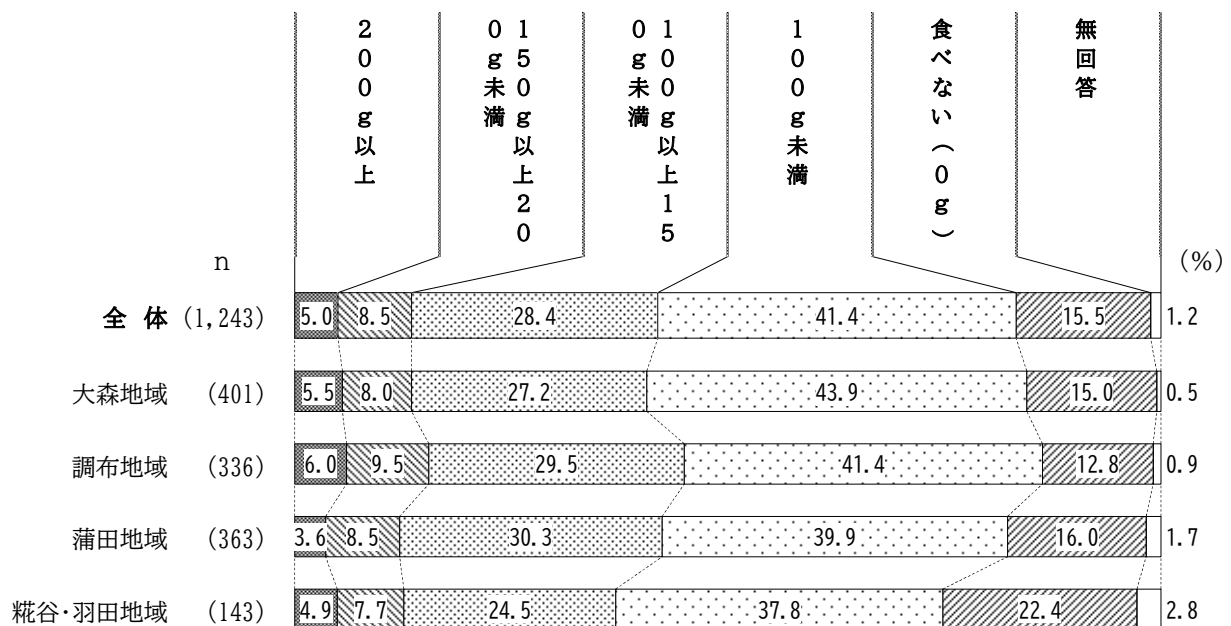
問10 あなたは、果物を1日当たりどの程度の量、食べていますか。(○は1つ)

果物の1日の摂取量は、「100g未満」が41.4%で最も高く、次いで「100g以上150g未満」が28.4%、「150g以上200g未満」が8.5%となっている。一方、「食べない(0g)」が15.5%となっている。



【地域別】

地域別でみると、「100g以上150g未満」が蒲田地域で30.3%と最も高く、糀谷・羽田地域で24.5%と最も低くなっている。また、「食べない(0g)」が糀谷・羽田地域で22.4%と他の地域に比べて高くなっている。

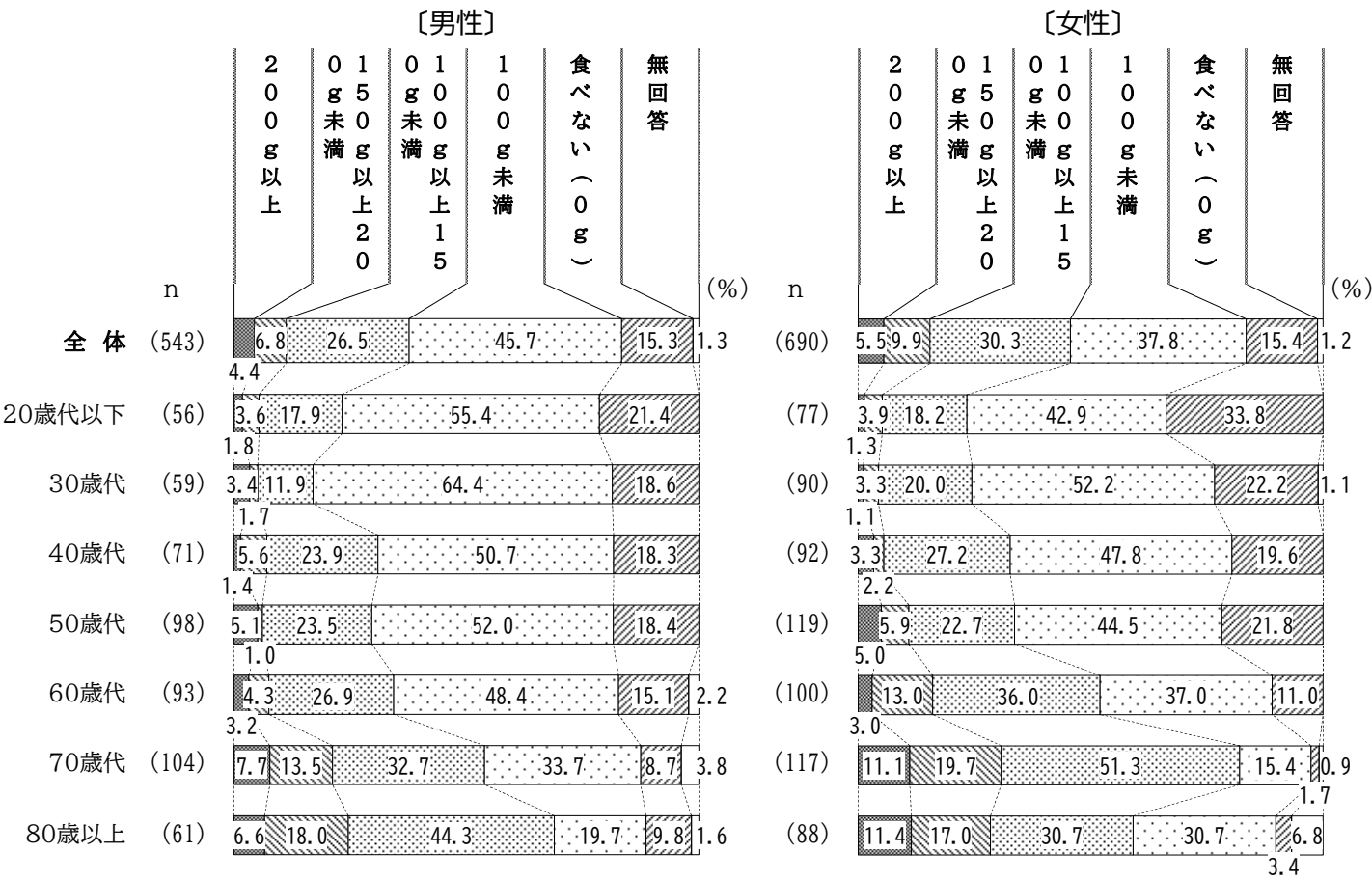


第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、「100g未満」（男性：45.7% 女性：37.8%）は、男性の方が女性より7.9ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「100g以上150g未満」は女性が70歳代で51.3%と最も高く、20歳代以下で18.2%と最も低くなっている。「100g未満」は男性が20歳代以下～50歳代で5割以上となっており、特に30歳代で64.4%と最も高くなっている。一方、「食べない（0g）」は男女ともに20歳代以下（男性：21.4% 女性：33.8%）で最も高くなっており、女性は30歳代～50歳代で2割前後となっている。



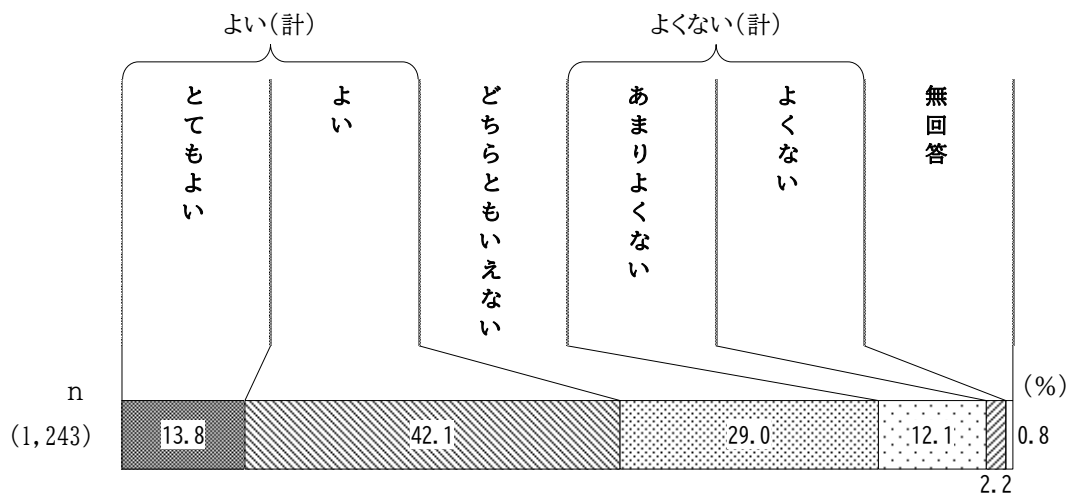
4. 健康づくりについて

(1) 健康状態

問11 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(○は1つ)

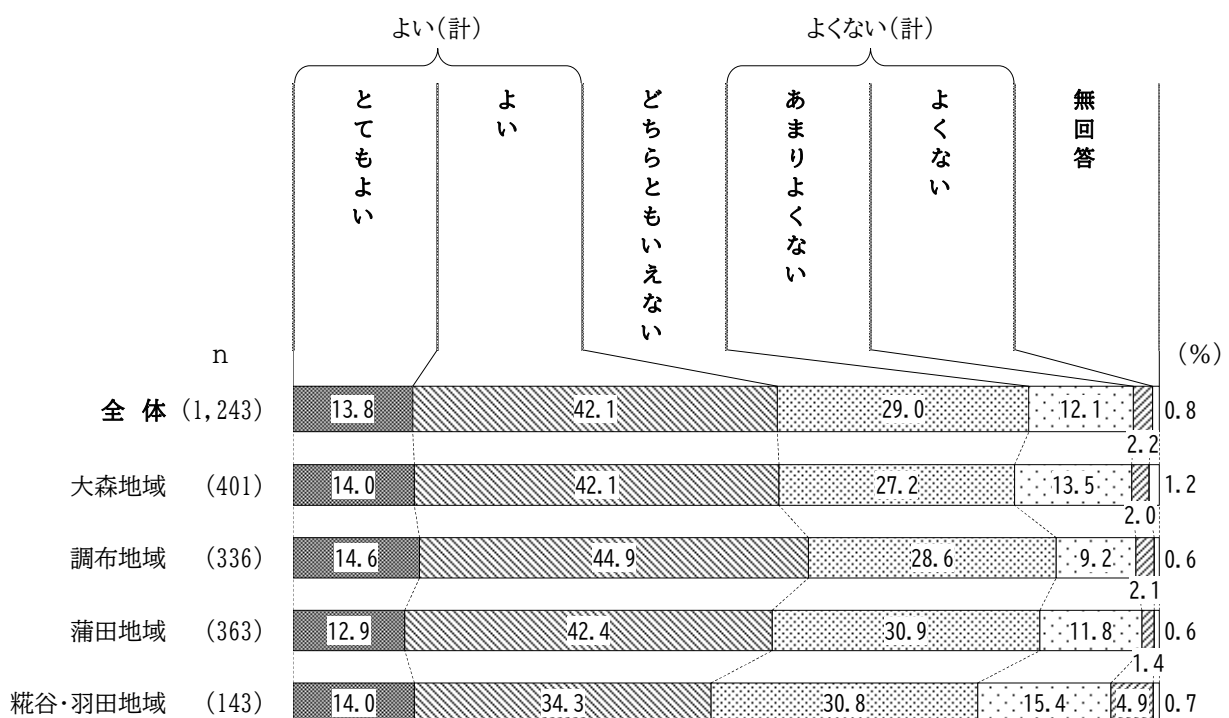
健康状態は、「よい」が42.1%で最も高く、次いで「どちらともいえない」が29.0%、「とてもよい」が13.8%となっている。

一方、「あまりよくない」(12.1%)と「よくない」(2.2%)を合わせて、「よくない(計)」は14.3%となっている。



【地域別】

地域別でみると、「とてもよい」と「よい」を合わせた「よい(計)」は調布地域で59.5%と最も高く、糀谷・羽田地域で48.3%と最も低くなっている。



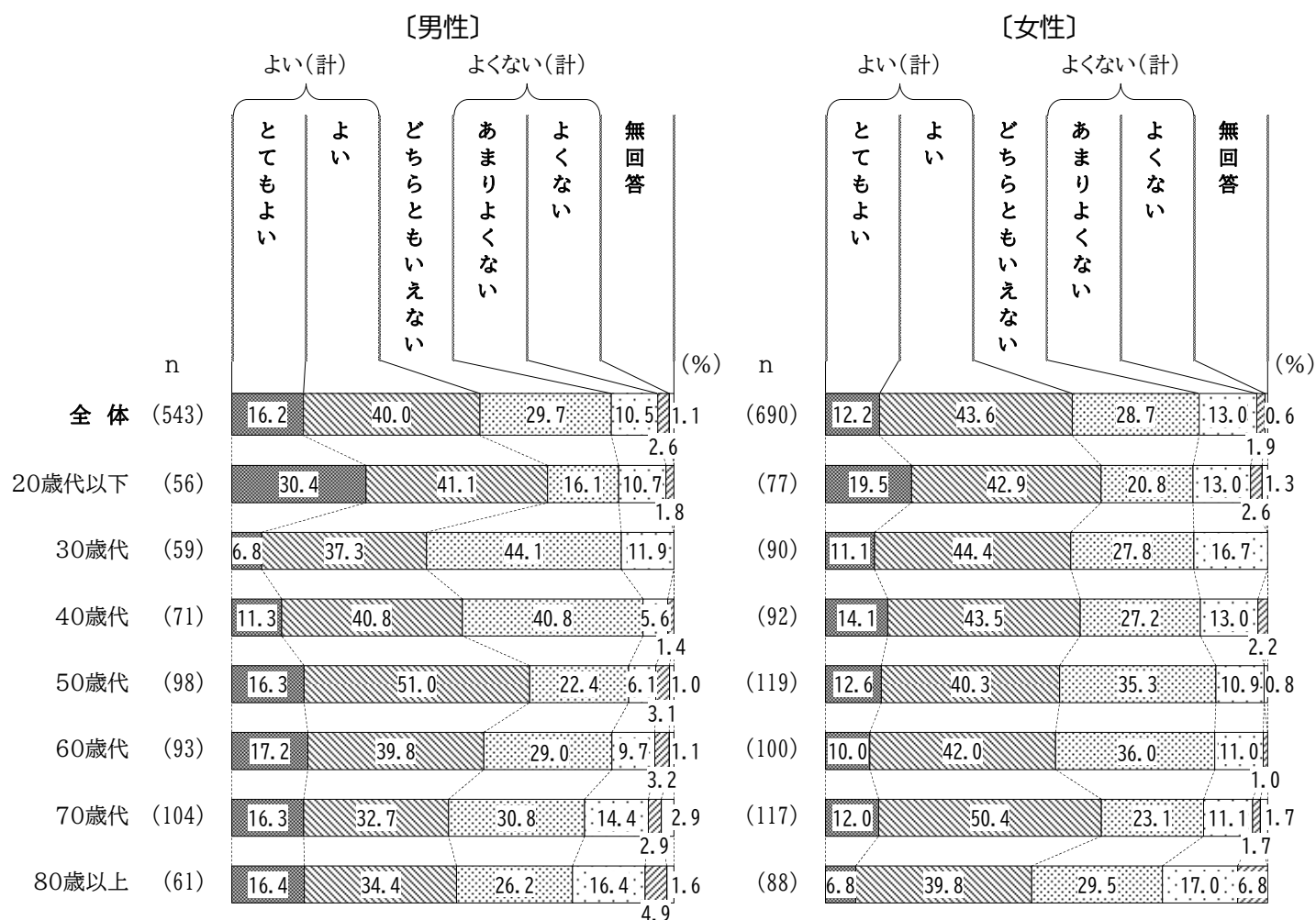
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、特に大きな違いはみられない。

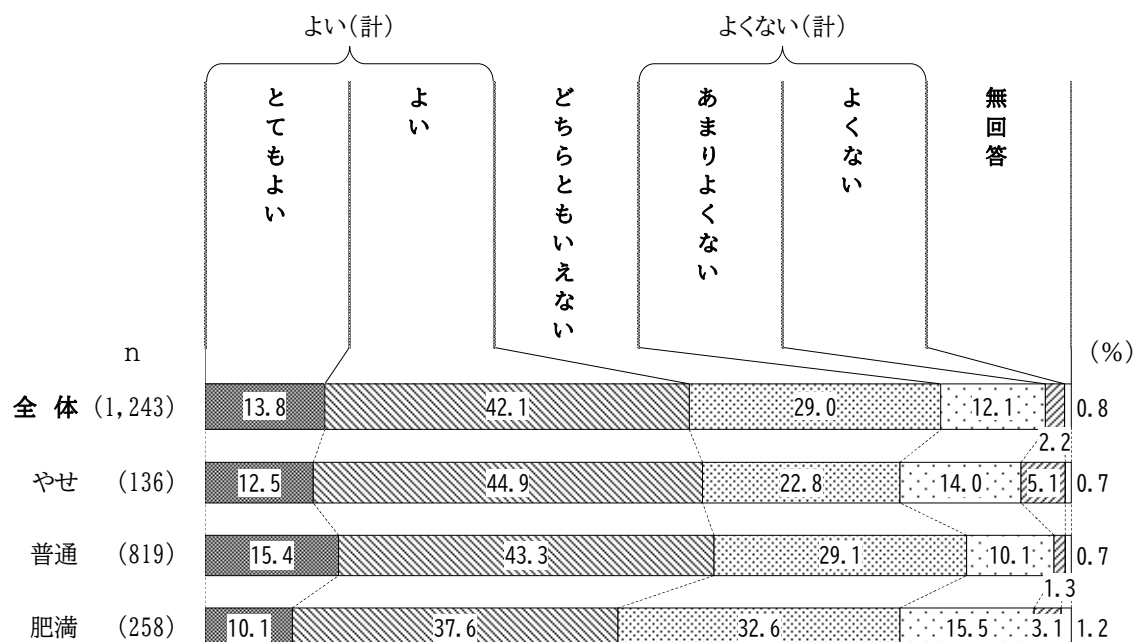
性／年代別でみると、男性では、《よい（計）》は20歳代以下で71.5%と最も高く、次いで50歳代で67.3%となっており、30歳代で44.1%と最も低くなっている。

女性では、《よい（計）》は80歳以上を除くすべての年代で5割を超えているが、80歳以上は46.6%にとどまっている。



【BMI別】

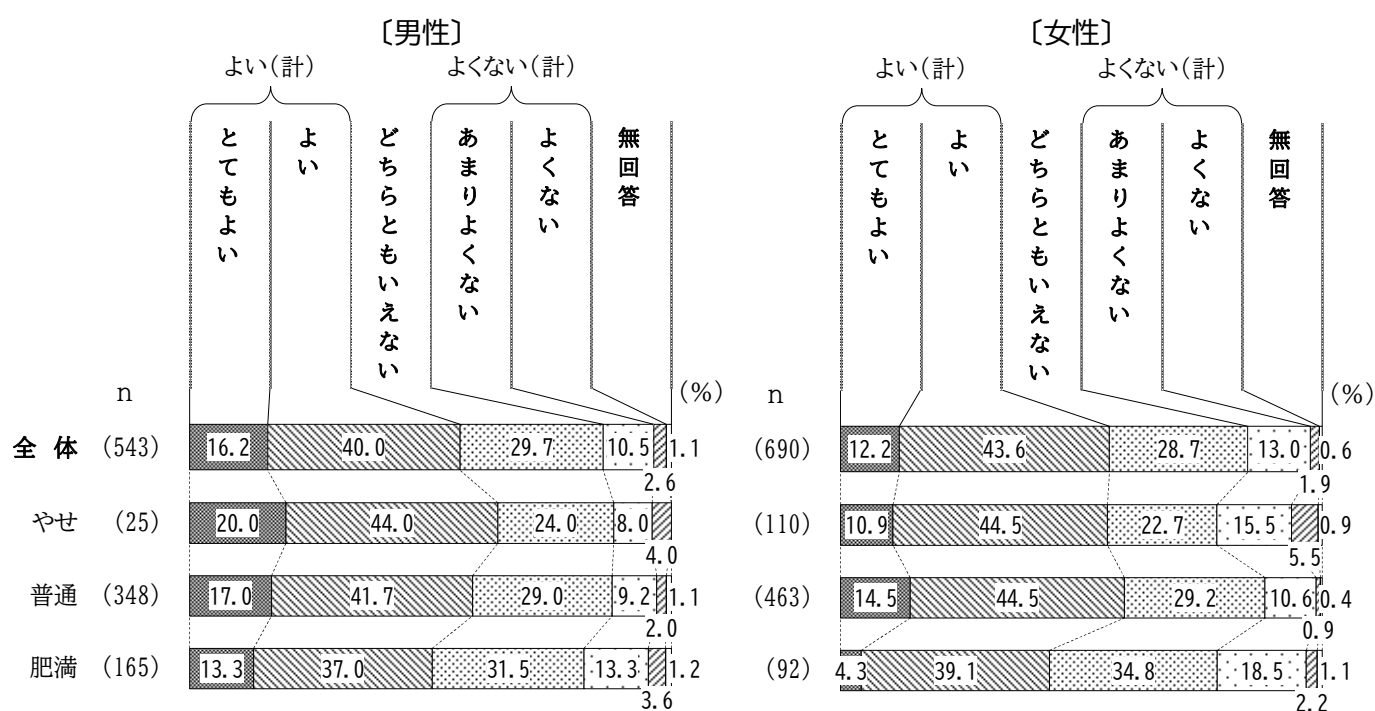
BMI別でみると、「よい（計）」は普通で58.7%、やせで57.4%、肥満で47.7%となっている。一方、「よくない（計）」はやせで19.1%、肥満で18.6%と普通の11.4%に比べて高くなっている。



【性／BMI別】

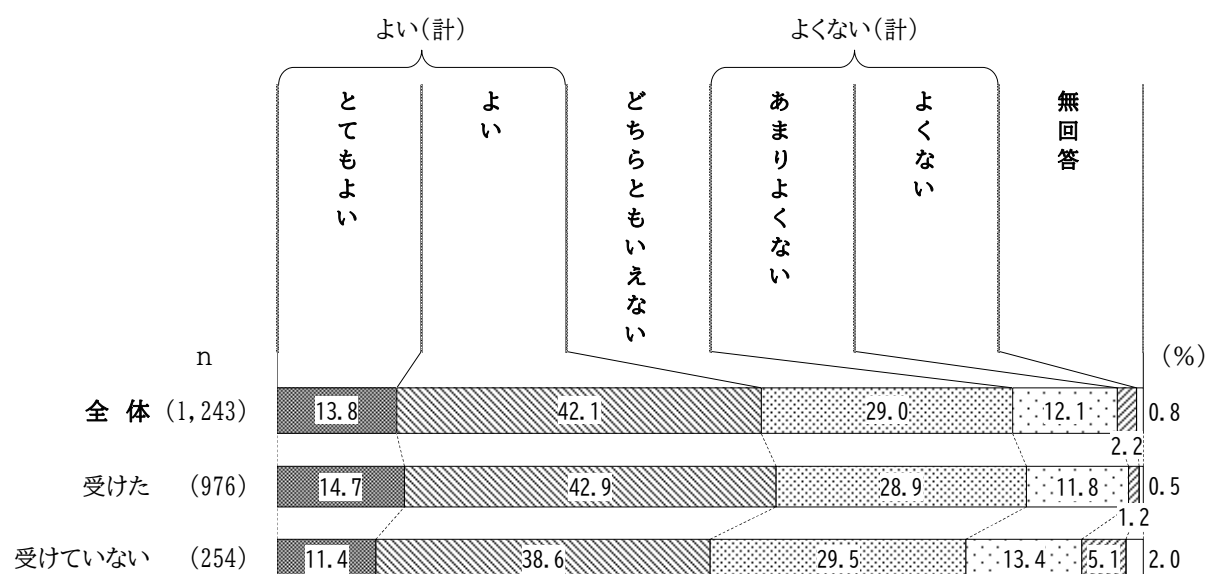
性／BMI別でみると、男性では「よい（計）」はやせで64.0%と最も高く、肥満で50.3%と最も低くなっている。一方、「よくない（計）」は肥満で16.9%と最も高くなっている。

女性では「よい（計）」は普通で59.0%と最も高く、肥満で43.4%と最も低くなっている。一方、「よくない（計）」はやせで21.0%、肥満で20.7%と普通の11.5%に比べて高くなっている。



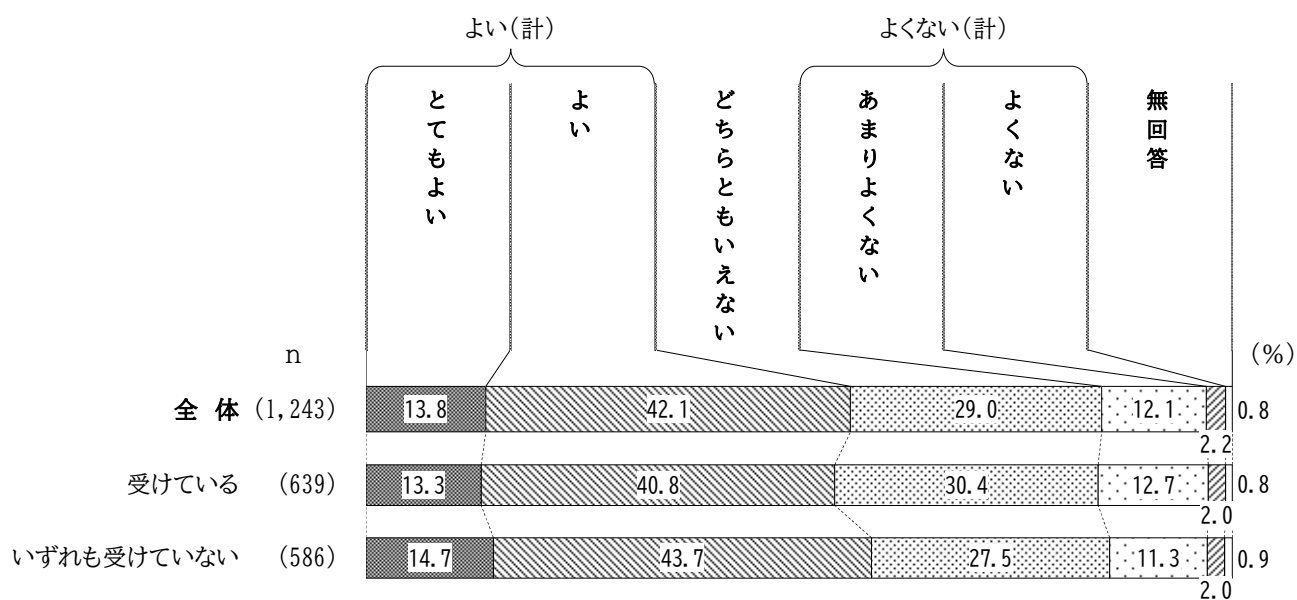
【健診の受診状況別】

健診の受診状況別でみると、「よい（計）」（受けた：57.6% 受けていない：50.0%）は、受けた方が受けていない方よりも7.6ポイント高くなっている。



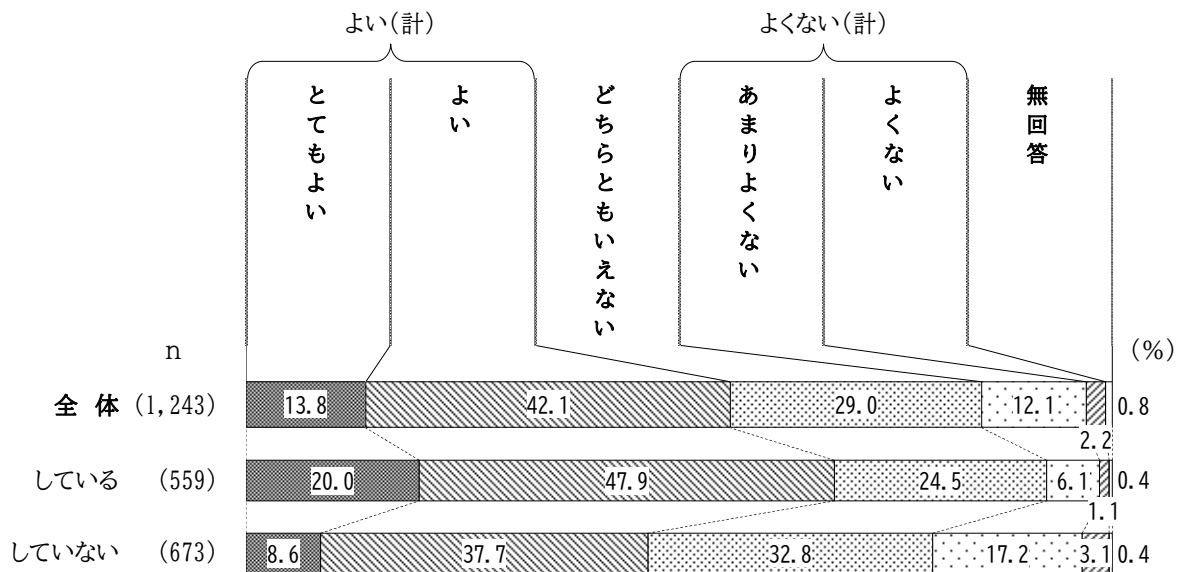
【がん検診の受診状況別】

がん検診の受診状況別でみると、「よい（計）」（受けている：54.1% いずれも受けていない：58.4%）は、いずれも受けていない方が受けている方よりも4.3ポイント高くなっている。



【運動の状況別】

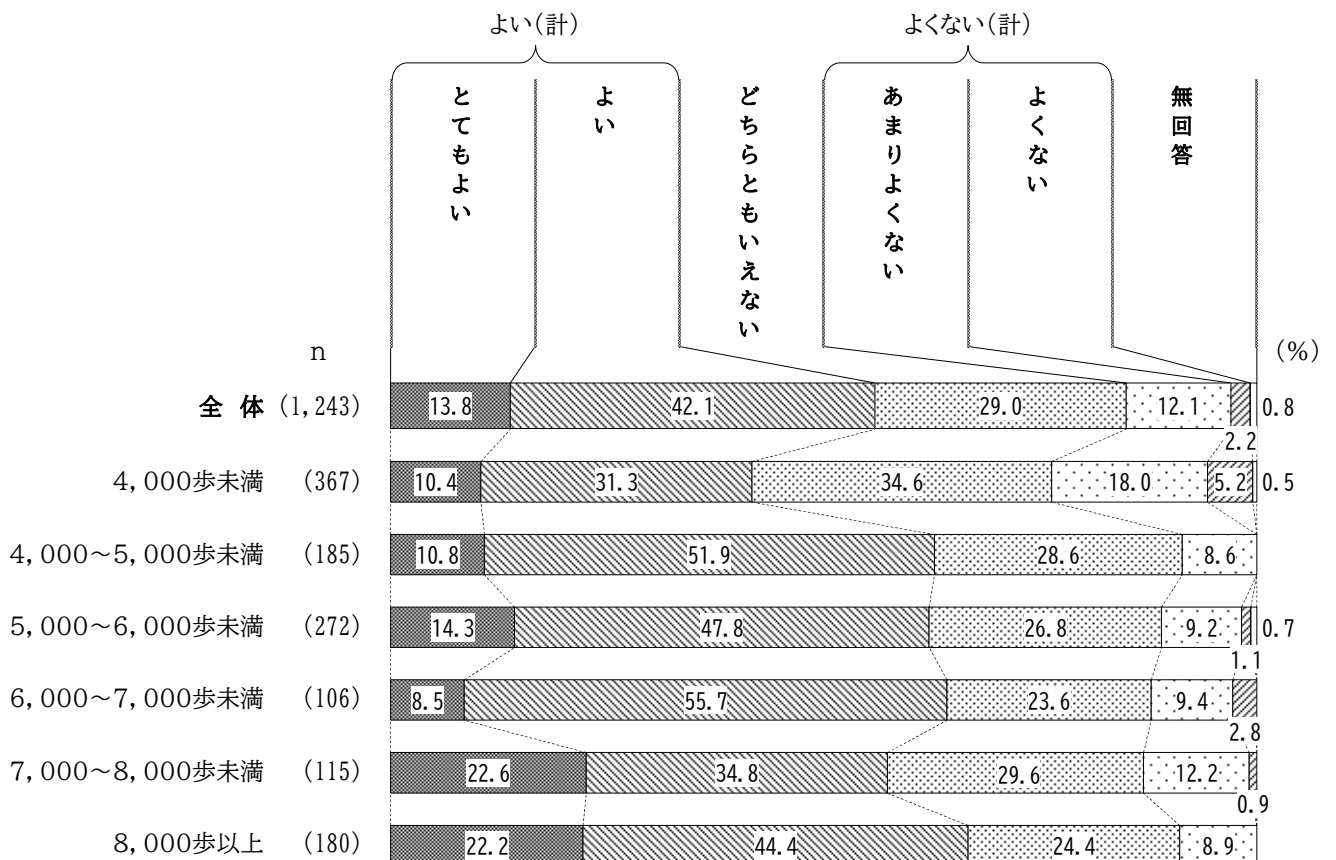
運動の状況別でみると、「よい（計）」（している：67.9% していない：46.3%）は、している方がしていない方よりも21.6ポイント高くなっている。



【1日の歩数別】

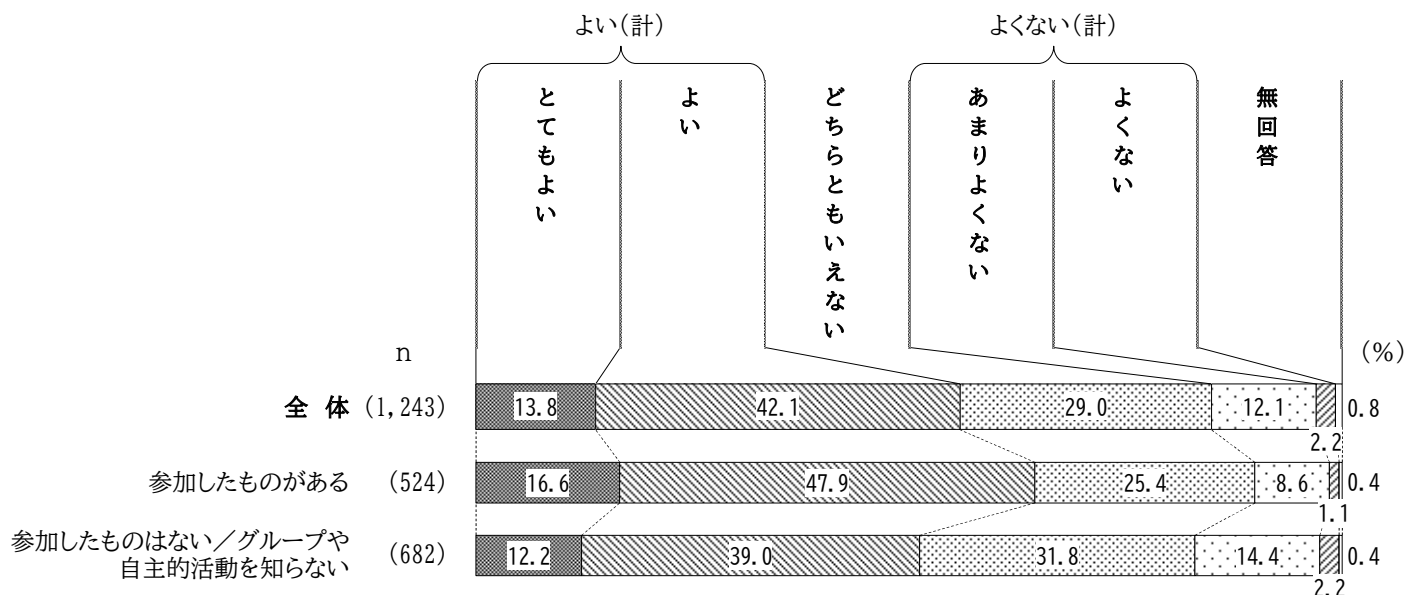
1日の歩数別でみると、「よい（計）」は8,000歩以上で66.6%と最も高く、4,000歩未満を除きいずれも5割を超えている。

一方、「よくない（計）」は4,000歩未満で23.2%と最も高くなっている。



【各種活動への参加状況別】

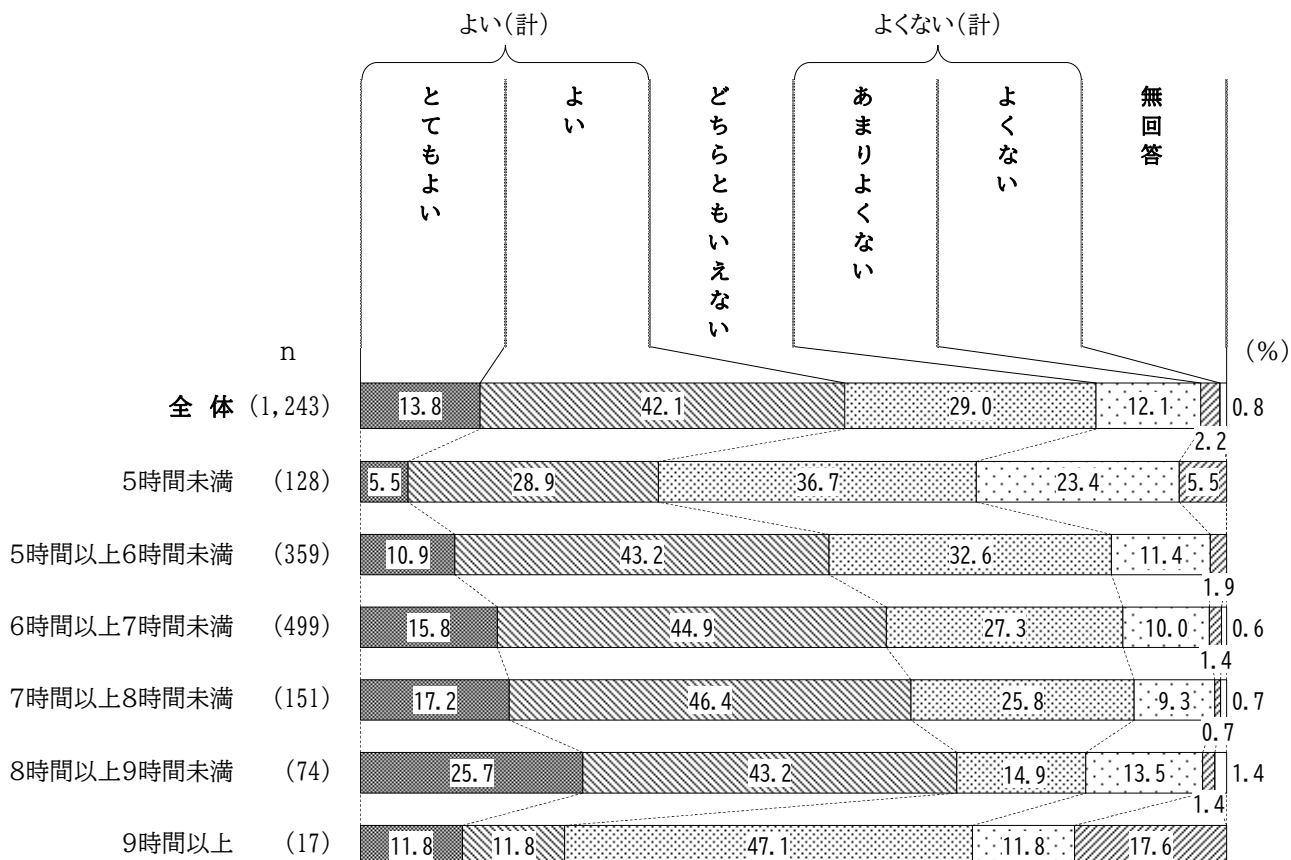
各種活動への参加状況別でみると、「よい（計）」（参加したものがある：64.5% 参加したものはな／グループや自主的活動を知らない：51.2%）は、参加したものがある方が参加したものはな／グループや自主的活動を知らない方よりも13.3ポイント高くなっている。



【1日の平均睡眠時間別】

1日の平均睡眠時間別でみると、「よい（計）」は9時間以上を除き、睡眠時間が増えるほど高くなり、8時間以上9時間未満で68.9%と最も高くなっている。

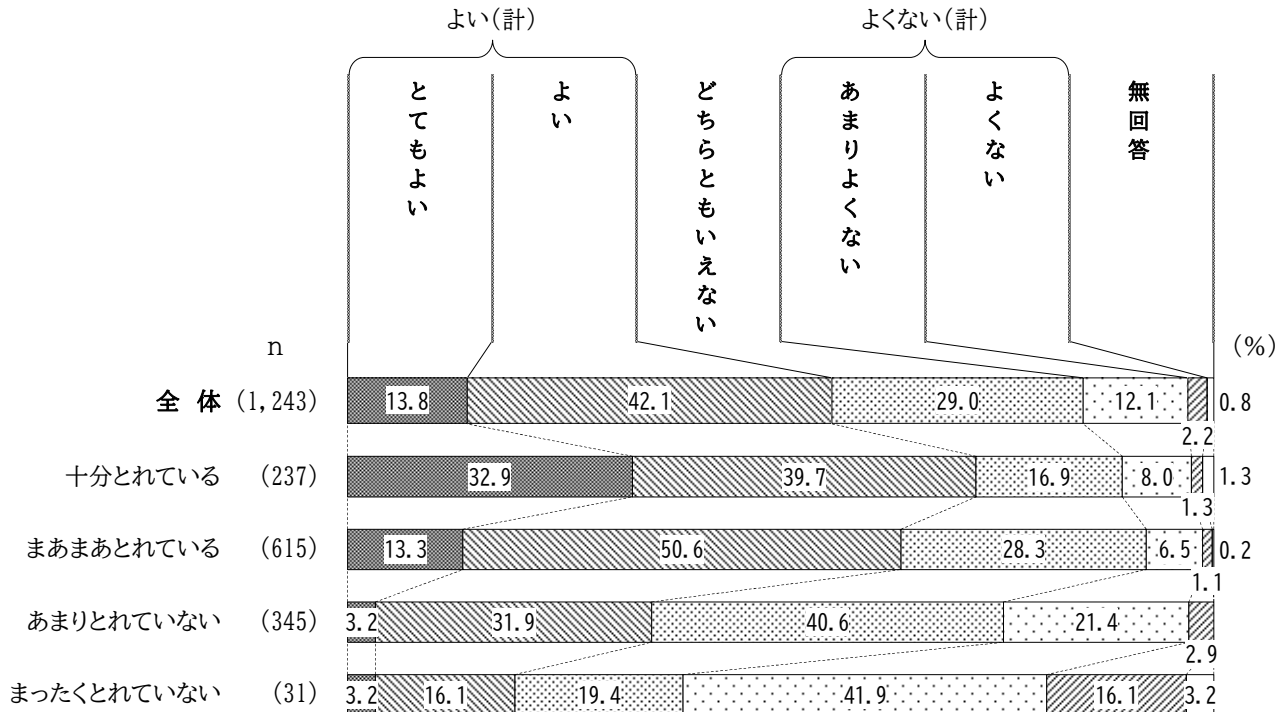
一方、「よくない（計）」は5時間未満で28.9%と最も高くなっている。



【睡眠による休養の状況別】

睡眠による休養の状況別でみると、「よい（計）」は休養がとれているほど高くなり、十分とれているで72.6%と最も高くなっている。

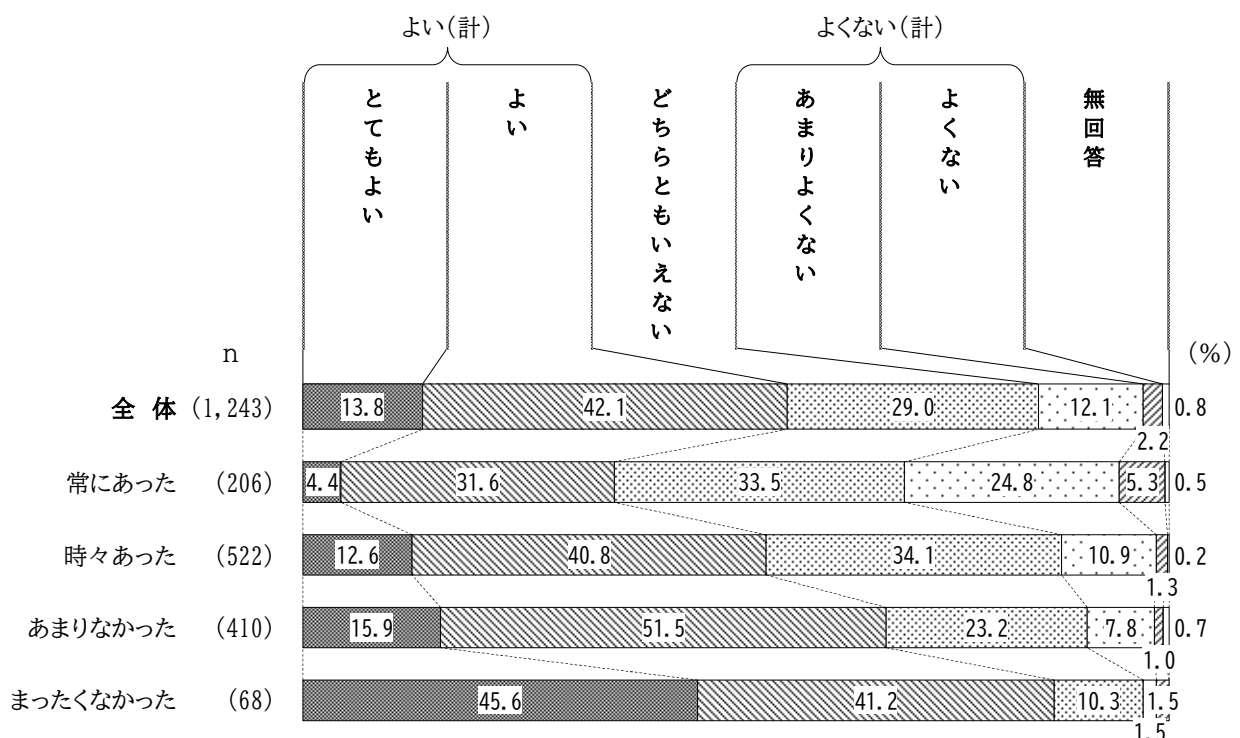
一方、「よくない（計）」はまったくとれていないで58.0%と最も高くなっている。



【ストレスの状況別】

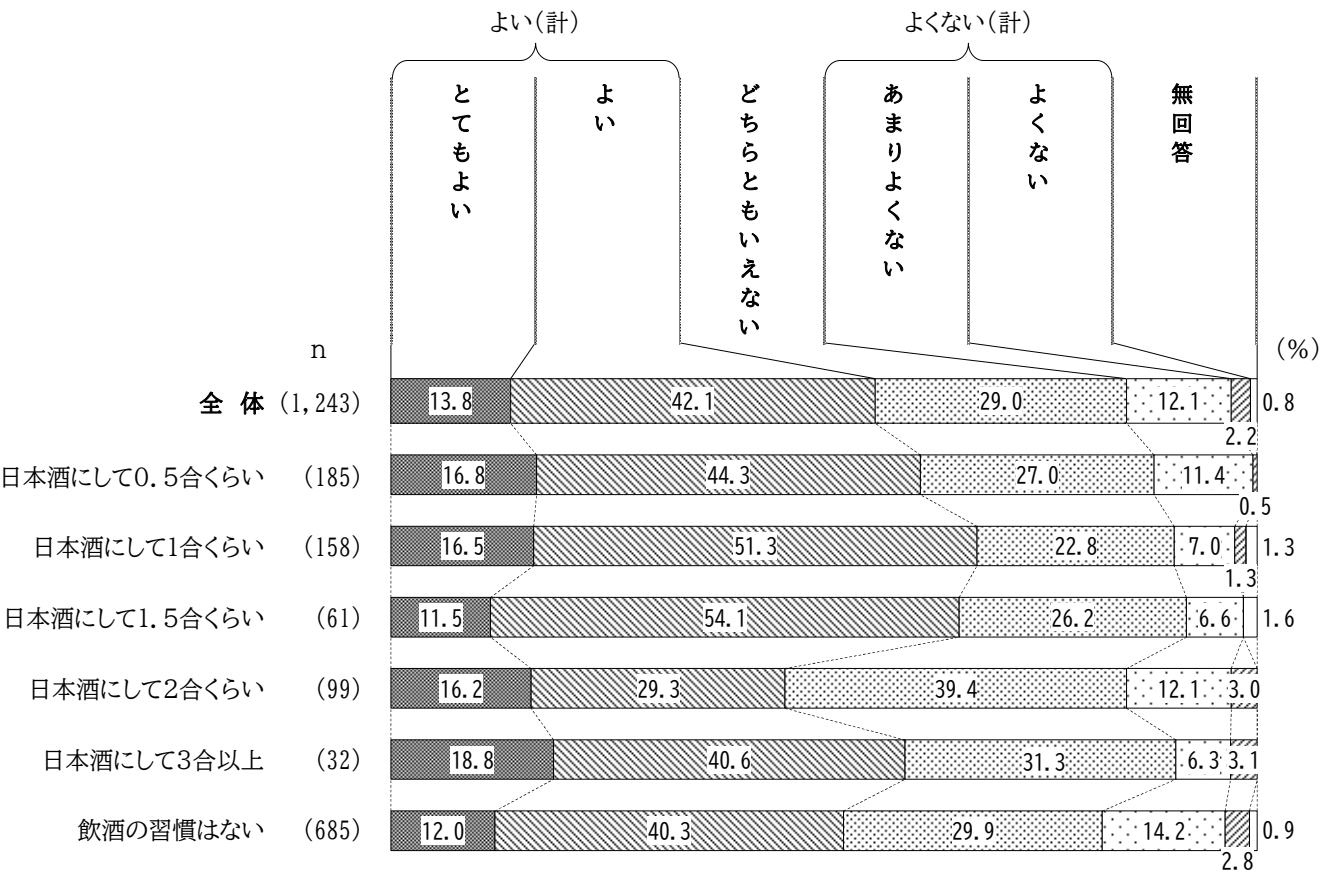
ストレスの状況別でみると、「よい（計）」はストレスがないほど高くなり、まったくなかったで86.8%と最も高くなっている。

一方、「よくない（計）」は常にあったで30.1%と最も高くなっている。



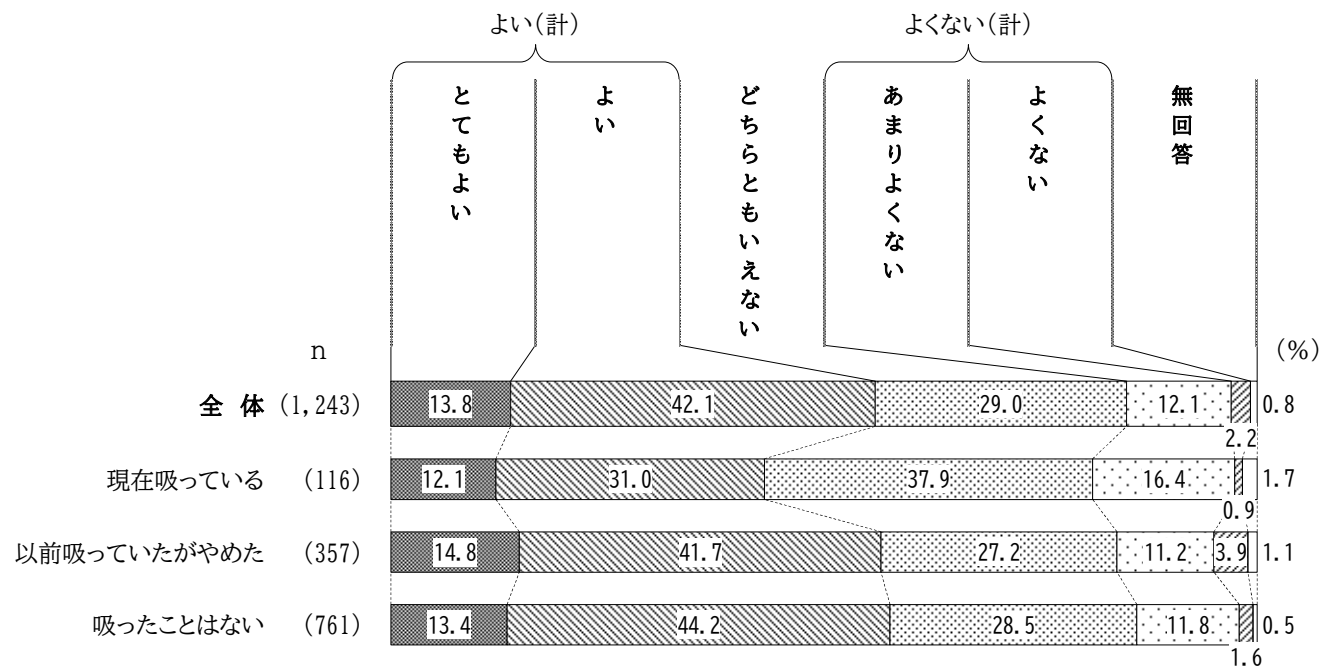
【1日の飲酒量別】

1日の飲酒量別でみると、「よい（計）」は日本酒にして1合くらいで67.8%と最も高く、日本酒にして2合くらいで45.5%と最も低くなっている。



【喫煙状況別】

喫煙状況別でみると、「よい（計）」は吸ったことはないで57.6%、以前吸っていたがやめたで56.5%と高く、現在吸っているで43.1%と最も低くなっている。

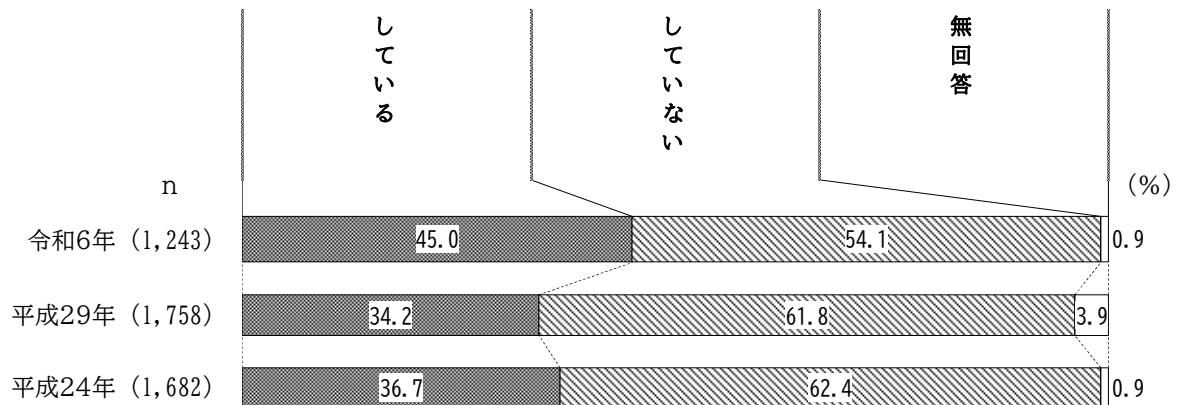


(2) 運動の状況

問12 1日30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上していますか。(○は1つ)

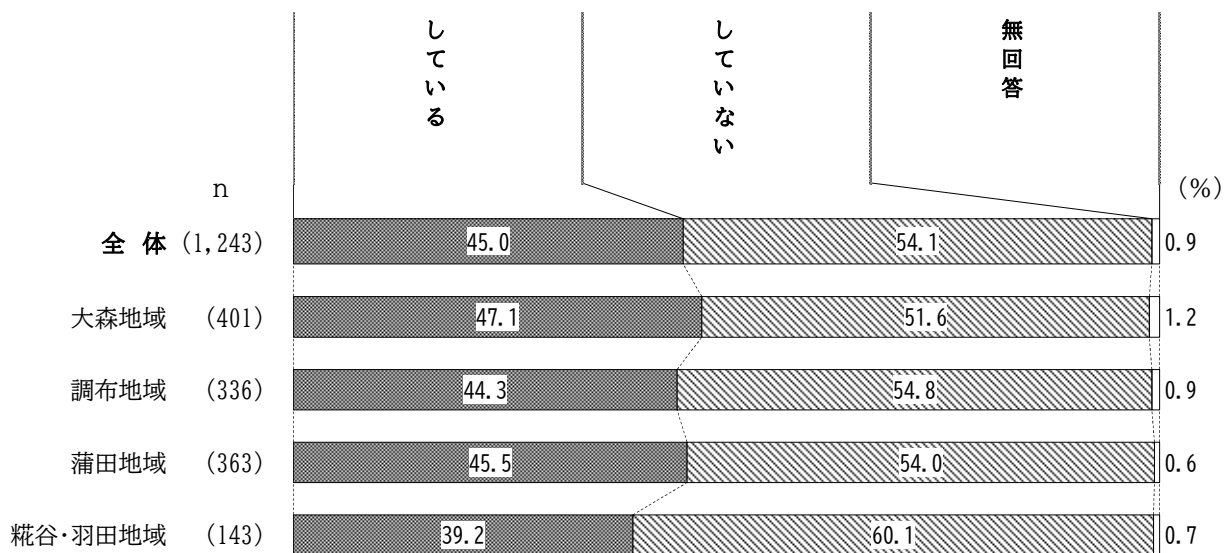
運動の状況は、「している」が45.0%、「していない」が54.1%となっている。

時系列で比較すると、「している」(令和6年：45.0% 平成29年：34.2% 平成24年：36.7%)が前回調査より10.8ポイント、前々回調査より8.3ポイント増加している。



【地域別】

地域別でみると、「している」は大森地域で47.1%と最も高く、糺谷・羽田地域で39.2%と最も低くなっている。



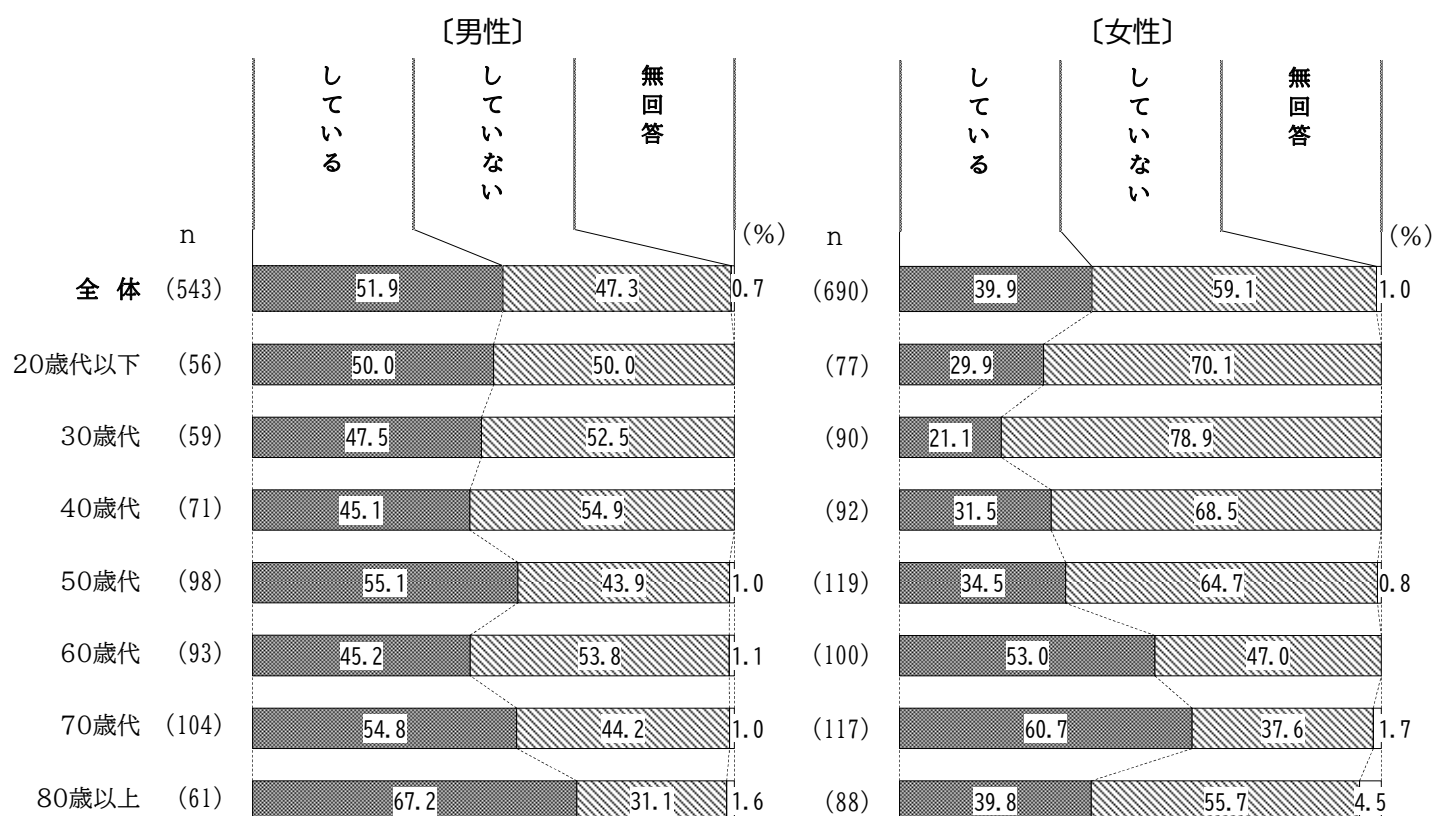
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、「している」（男性：51.9% 女性：39.9%）は、男性の方が女性よりも12.0ポイント高くなっている。一方、「していない」（男性：47.3% 女性：59.1%）は、女性の方が男性より11.8ポイント高くなっている。

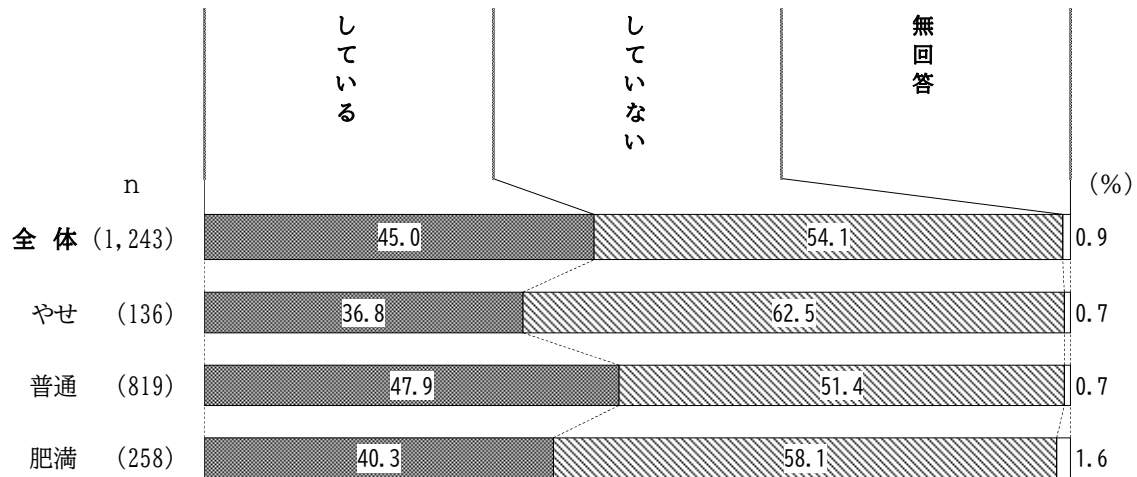
性／年代別でみると、男性では、「している」は80歳以上で67.2%と最も高く、40歳代で45.1%、60歳代で45.2%と他の年代に比べて低くなっている。

女性では、「している」は70歳代で60.7%と最も高くなっている。一方、「していない」は30歳代で78.9%、20歳代以下で70.1%と高くなっている。



【BMI別】

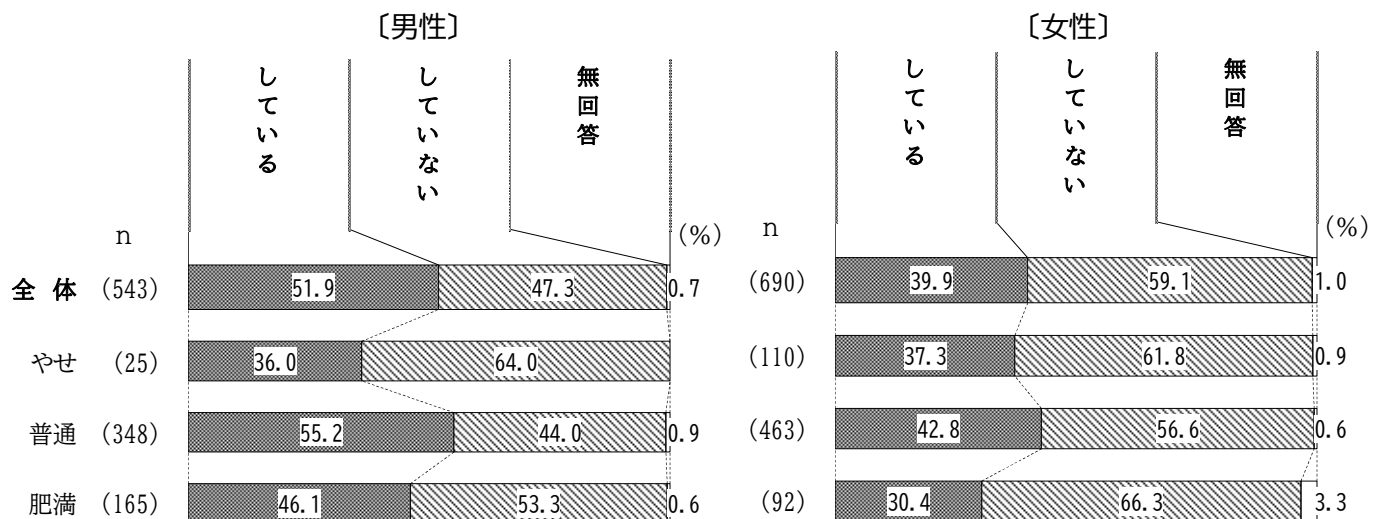
BMI別でみると、「している」は普通で47.9%と最も高く、やせで36.8%と最も低くなっている。一方、「していない」はやせで62.5%、肥満で58.1%となっている。



【性／BMI別】

性／BMI別でみると、男性では「している」は普通で55.2%と最も高く、やせで36.0%と最も低くなっている。一方、「していない」はやせで64.0%と最も高くなっている。

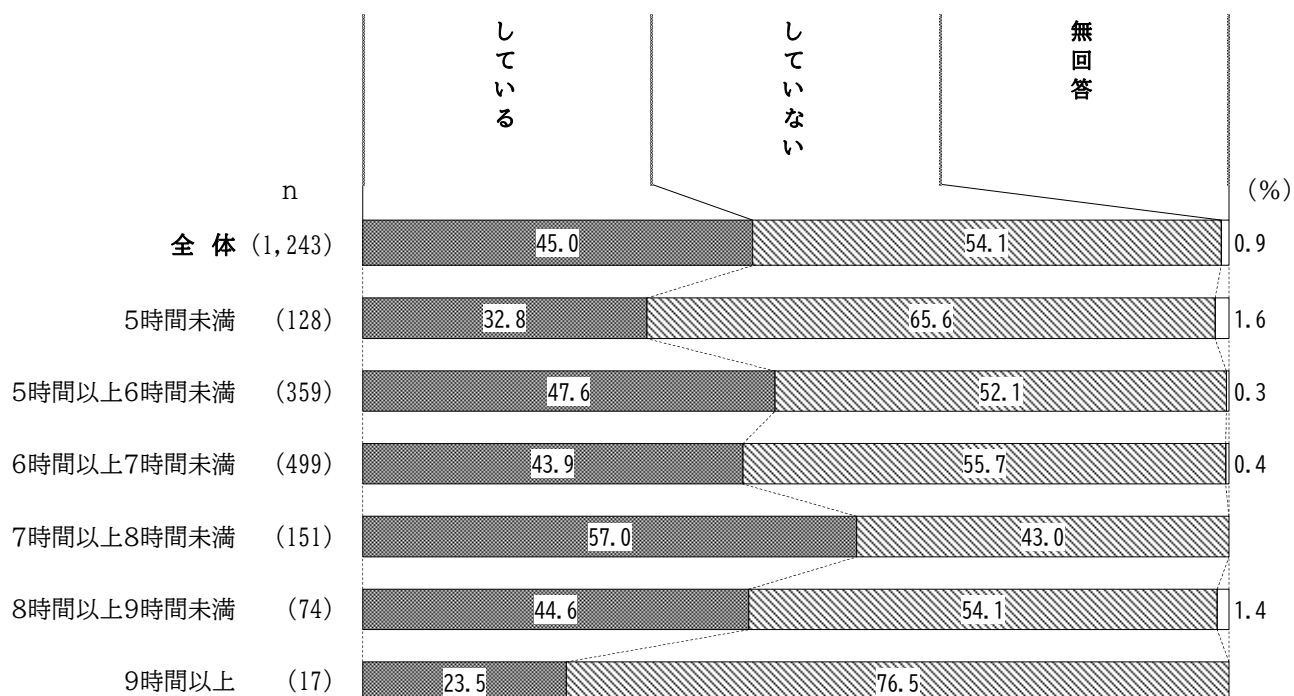
女性では「している」は普通で42.8%と最も高く、肥満で30.4%と最も低くなっている。一方、「していない」は肥満で66.3%、やせで61.8%と6割台となっている。



【1日の平均睡眠時間別】

1日の平均睡眠時間別でみると、「している」は7時間以上8時間未満で57.0%と最も高くなっている。

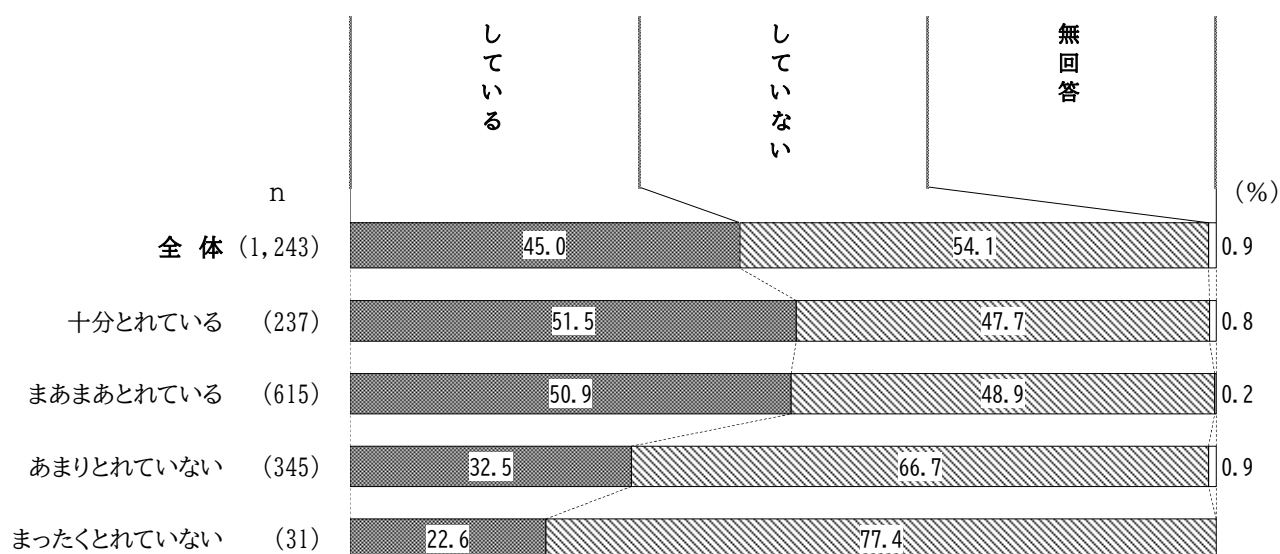
一方、「していない」は5時間未満で65.6%と最も高くなっている。



【睡眠による休養の状況別】

睡眠による休養の状況別でみると、「している」は休養がとれているほど高くなり、十分とれているで51.5%、まあまあとれているで50.9%となっている。

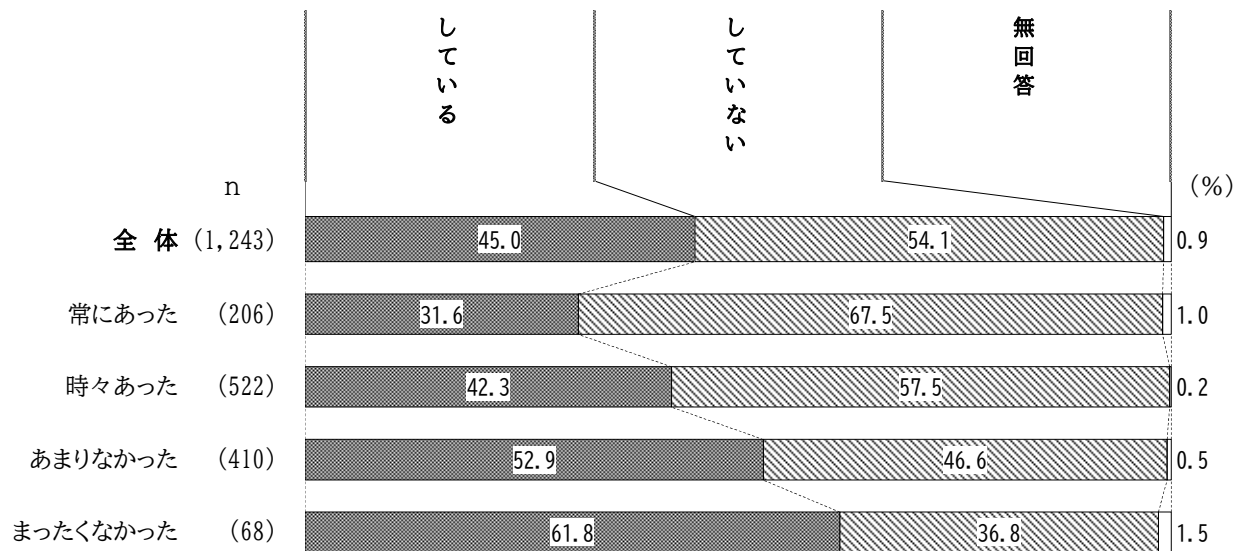
一方、「していない」はまったくとれていないで77.4%、あまりとれていないで66.7%と特に高くなっている。



【ストレスの状況別】

ストレスの状況別でみると、「している」はストレスがないほど高くなり、まったくなかったで61.8%と最も高くなっている。

一方、「していない」は常にあったで67.5%と最も高くなっている。

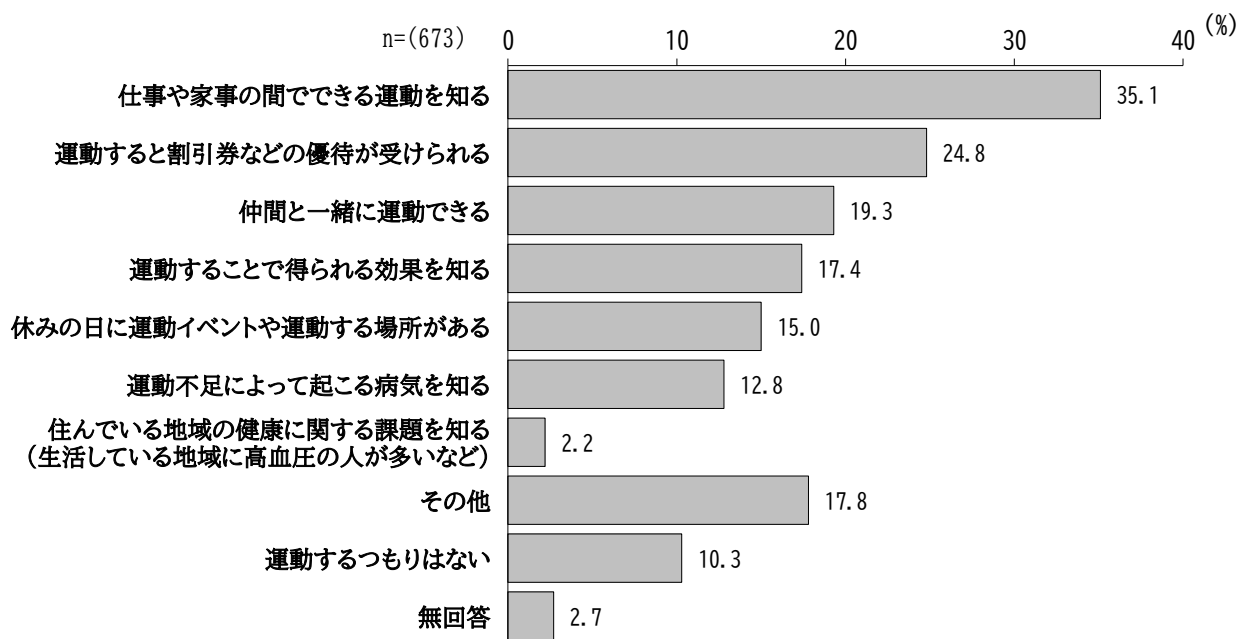


(3) 運動をしようと思う条件

(問12で「していない」と回答した方におたずねします。)

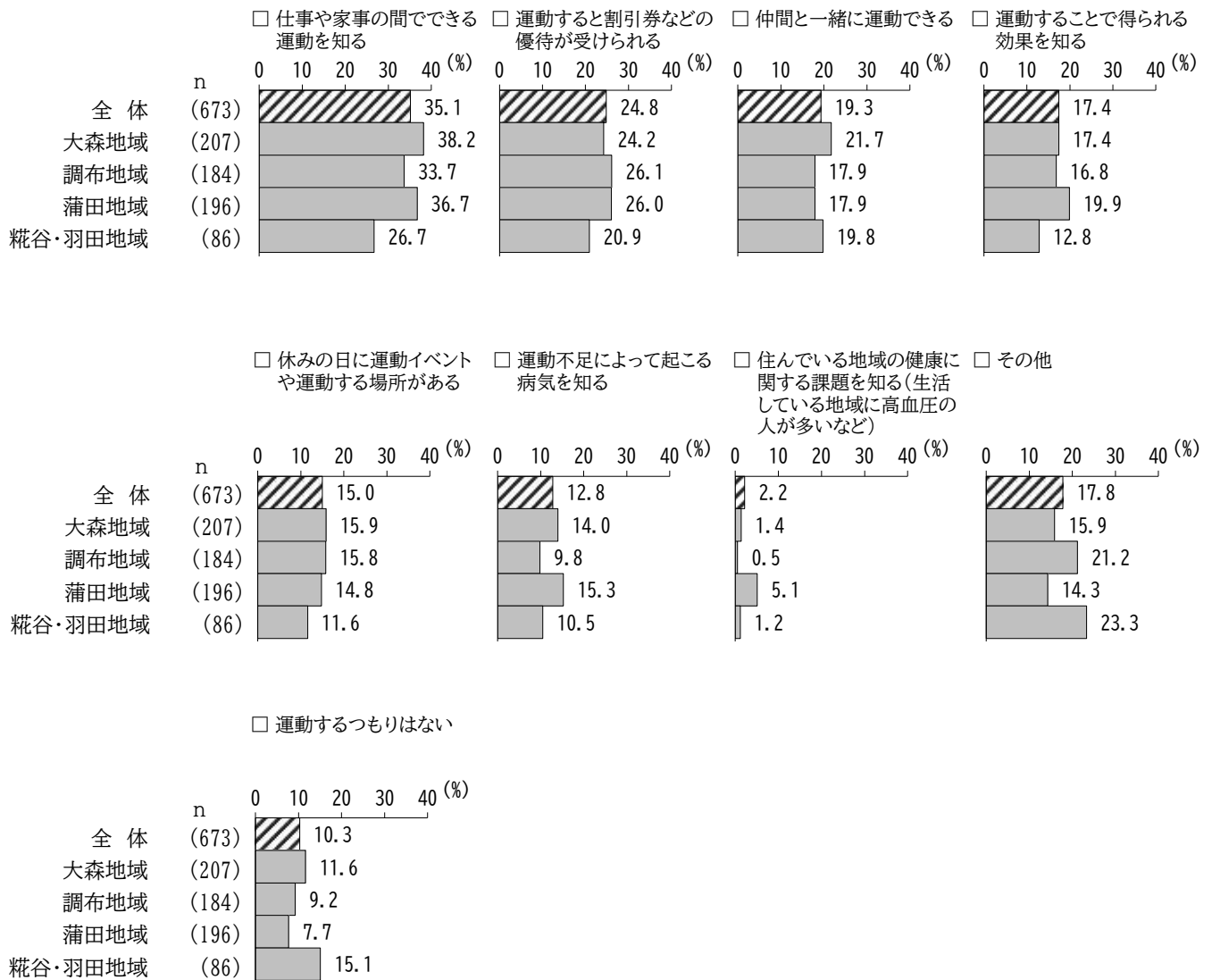
問12-1 どうすれば運動しようと思いますか。(〇はいくつでも)

運動の状況で「していない」と回答した方に運動しようと思う条件をたずねた。その結果、「仕事や家事の間でできる運動を知る」が35.1%で最も高く、次いで「運動すると割引券などの優待が受けられる」が24.8%、「仲間と一緒に運動できる」が19.3%となっている。



【地域別】

地域別でみると、「仕事や家事の間でできる運動を知る」は大森地域で38.2%と最も高く、蒲田地域で36.7%と並んでいる一方、糀谷・羽田地域で26.7%と他の地域に比べて低くなっている。一方、「運動するつもりはない」は糀谷・羽田地域で15.1%と他の地域に比べて高くなっている。



第2部 健康に関するアンケート調査結果

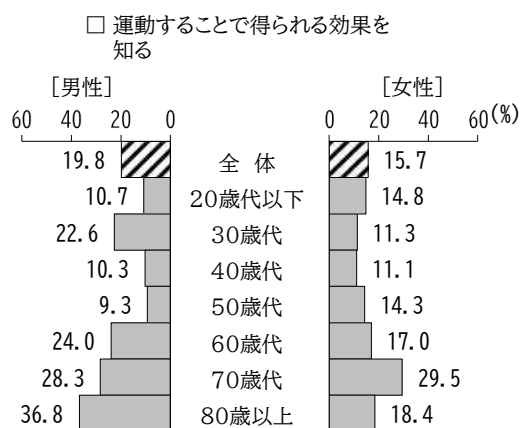
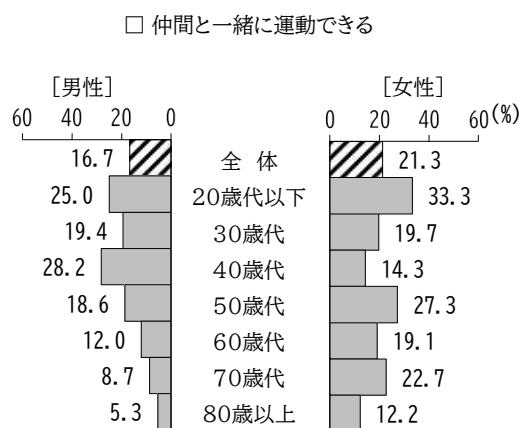
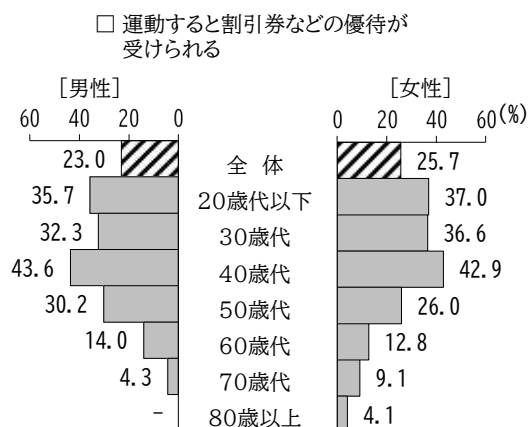
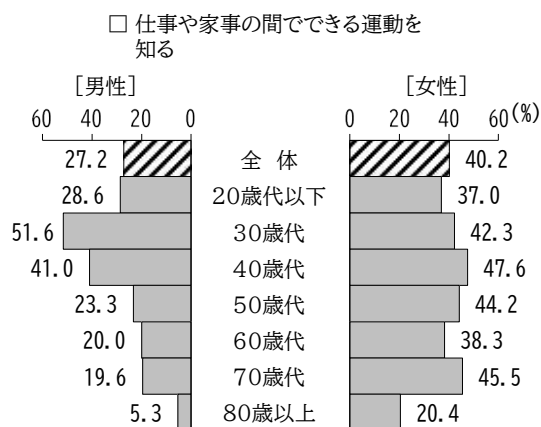
【性別、性／年代別】

性別でみると、「仕事や家事の間でできる運動を知る」(男性：27.2% 女性：40.2%)は、女性の方が男性よりも13.0ポイント高くなっている。

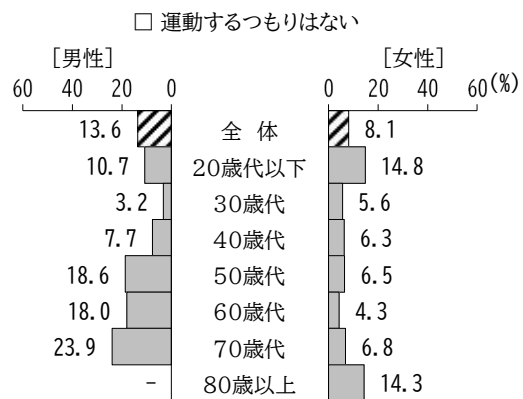
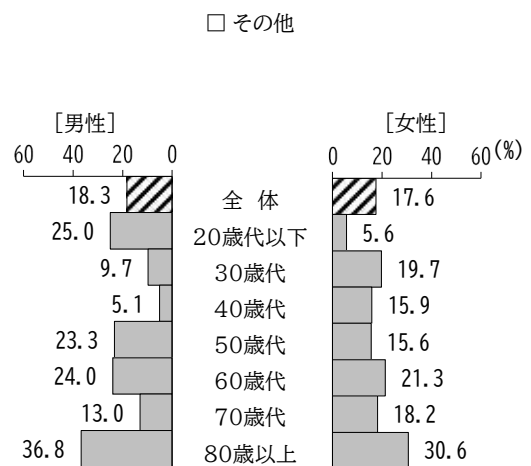
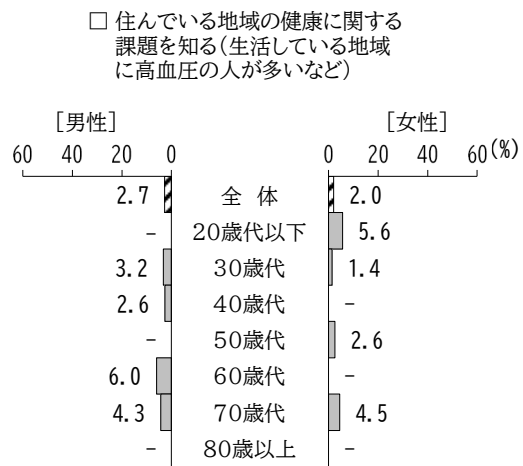
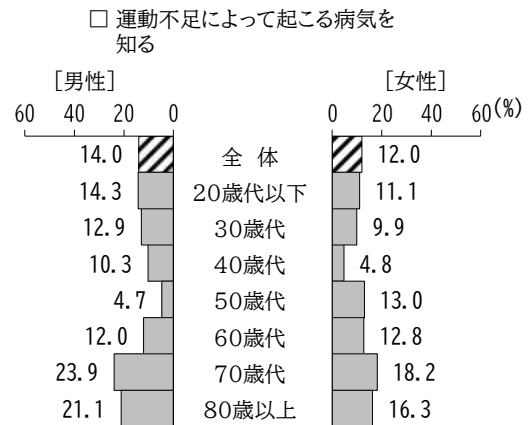
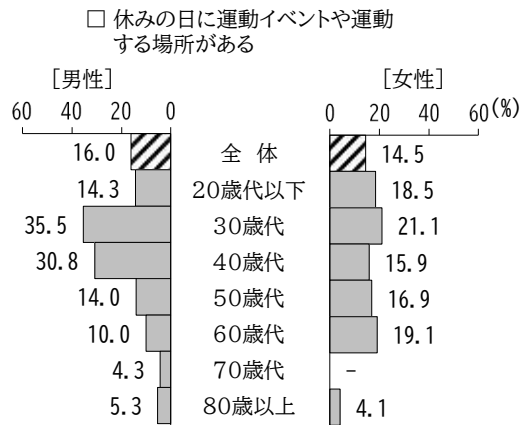
「運動するつもりはない」(男性：13.6% 女性：8.1%)で男性の方が女性よりも5.5ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「仕事や家事の間でできる運動を知る」は男性では30歳代で51.6%、40歳代で41.0%と他の年代に比べて高くなっている。「運動すると割引券などの優待が受けられる」は男女ともに40歳代(男性：43.6% 女性：42.9%)で最も高く、20歳代～30歳代でも3割台、男性では50歳代でも3割となっている。「運動することで得られる効果を知る」は男性では80歳以上で36.8%、女性では70歳代で29.5%と最も高くなっている。「休みの日に運動イベントや運動する場所がある」は男性の30歳代～40歳代で3割台と他の年代に比べて高くなっている。

[男性]				[女性]			
全 体	n=(257)	50歳代	n=(43)	全 体	n=(408)	50歳代	n=(77)
20歳代以下	n=(28)	60歳代	n=(50)	20歳代以下	n=(54)	60歳代	n=(47)
30歳代	n=(31)	70歳代	n=(46)	30歳代	n=(71)	70歳代	n=(44)
40歳代	n=(39)	80歳以上	n=(19)	40歳代	n=(63)	80歳以上	n=(49)



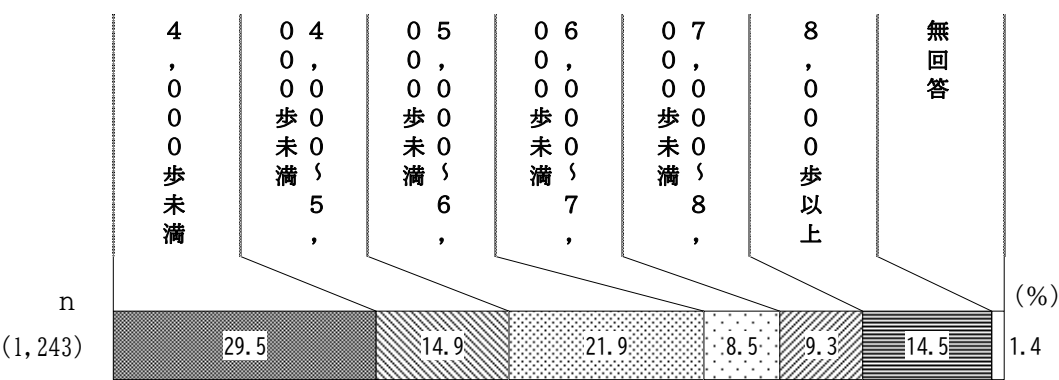
第2部 健康に関するアンケート調査結果



(4) 1日の歩数

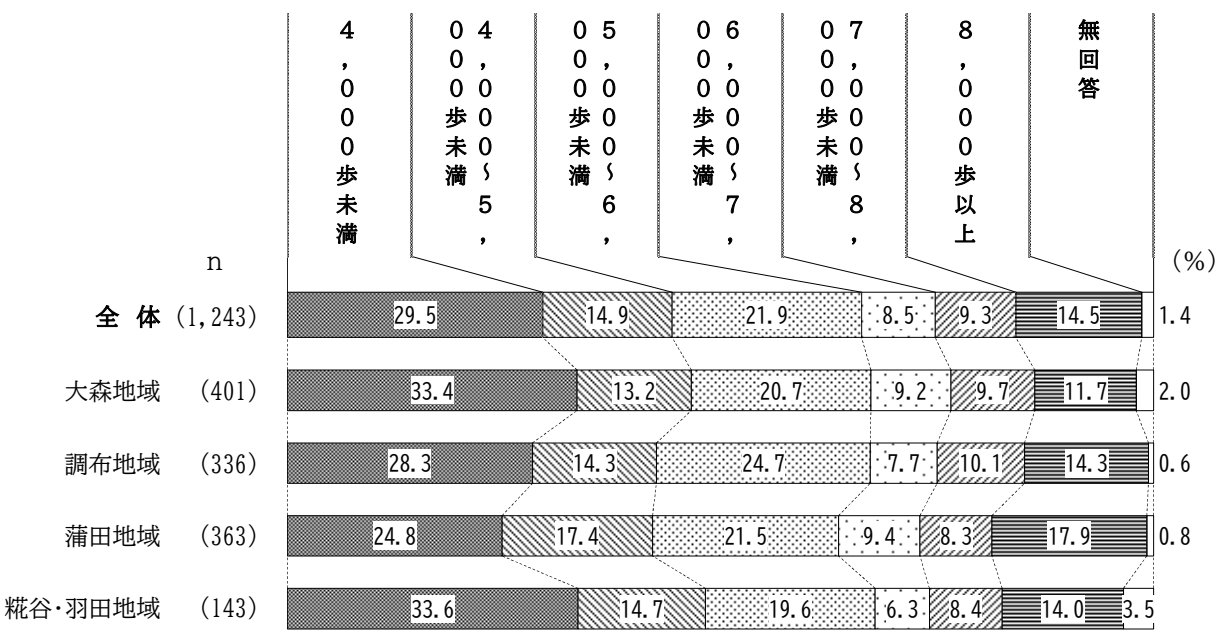
問13 平均すると1日に合計で何歩くらい歩きますか。(10分=1,000歩)(○は1つ)
※運動だけでなく、家事や仕事、犬の散歩等、日常生活における移動も含めます。

1日の歩数は、「4,000歩未満」が29.5%で最も高く、次いで「5,000～6,000歩未満」が21.9%、「4,000～5,000歩未満」が14.9%、「8,000歩以上」が14.5%となっている。



【地域別】

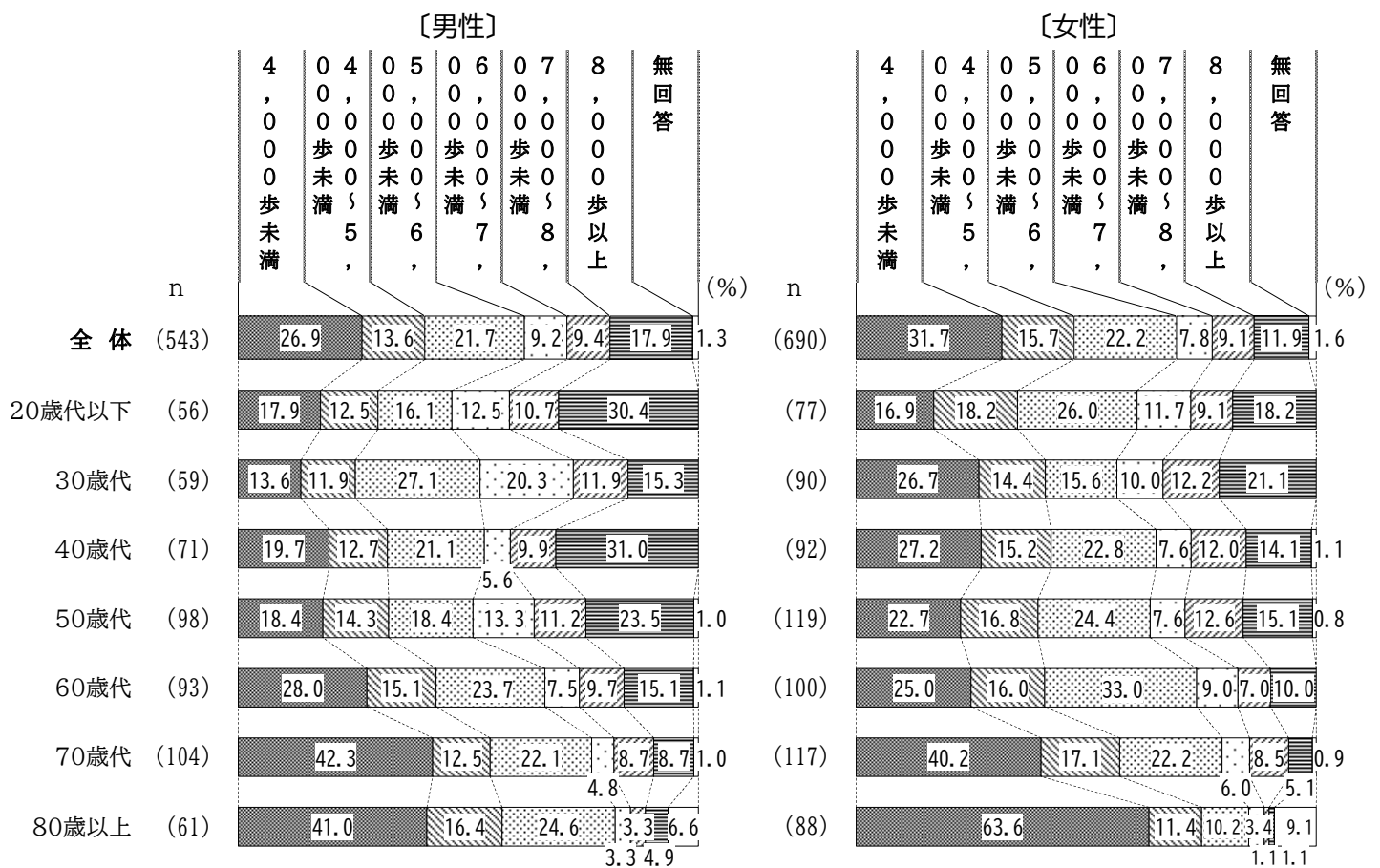
地域別でみると、「8,000歩以上」は蒲田地域で17.9%と最も高く、大森地域で11.7%と最も低くなっている。一方、「4,000歩未満」は糞谷・羽田地域で33.6%と最も高く、大森地域が33.4%と並んでいる。



【性別、性／年代別】

性別でみると、「8,000歩以上」（男性：17.9% 女性：11.9%）は、男性の方が女性よりも6.0ポイント高くなっている。

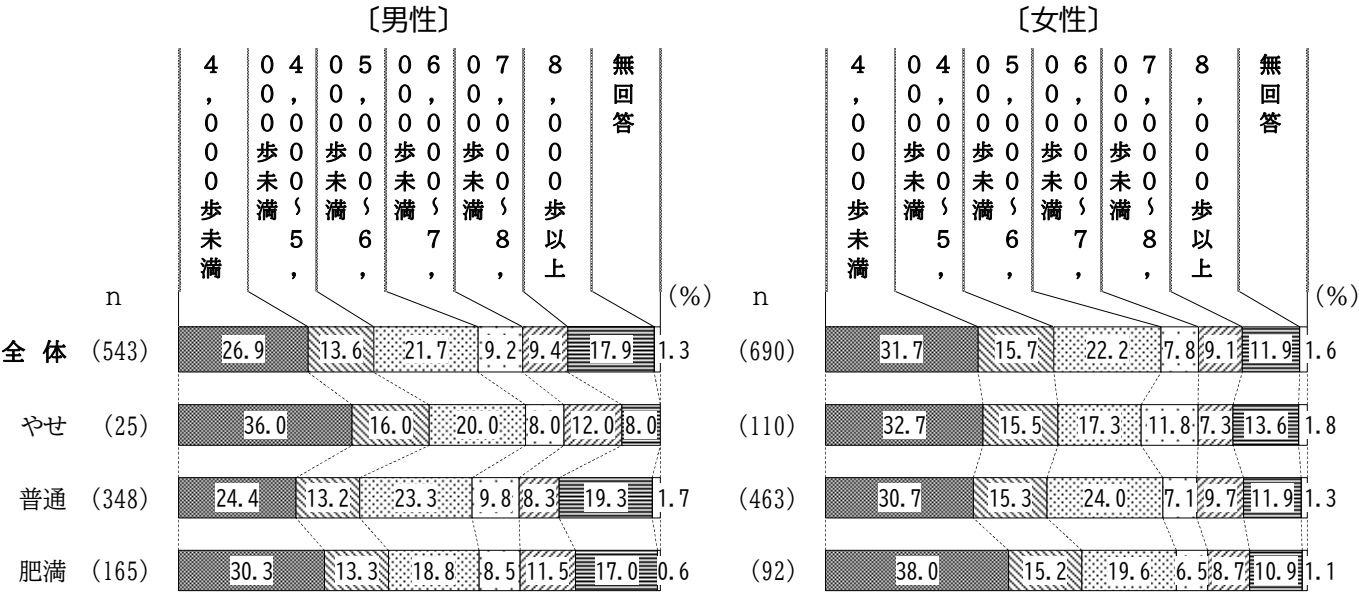
性／年代別でみると、「8,000歩以上」は男性が40歳代で31.0%と高く、20歳代以下で30.4%と並んでおり、女性では30歳代で21.1%と最も高くなっている。一方、「4,000歩未満」は男女ともに70歳代と80歳以上で4割を超えており、特に女性の80歳代で63.6%と最も高くなっている。



【性／BMI別】

性／BMI別でみると、男性では「8,000歩以上」は普通で19.3%と最も高く、やせで8.0%と最も低くなっている。一方、「4,000歩未満」はやせで36.0%と最も高くなっている。

女性では「5,000～6,000歩未満」は普通で24.0%と最も高く、やせで17.3%と最も低くなっている。一方、「4,000歩未満」は肥満で38.0%と最も高くなっている。

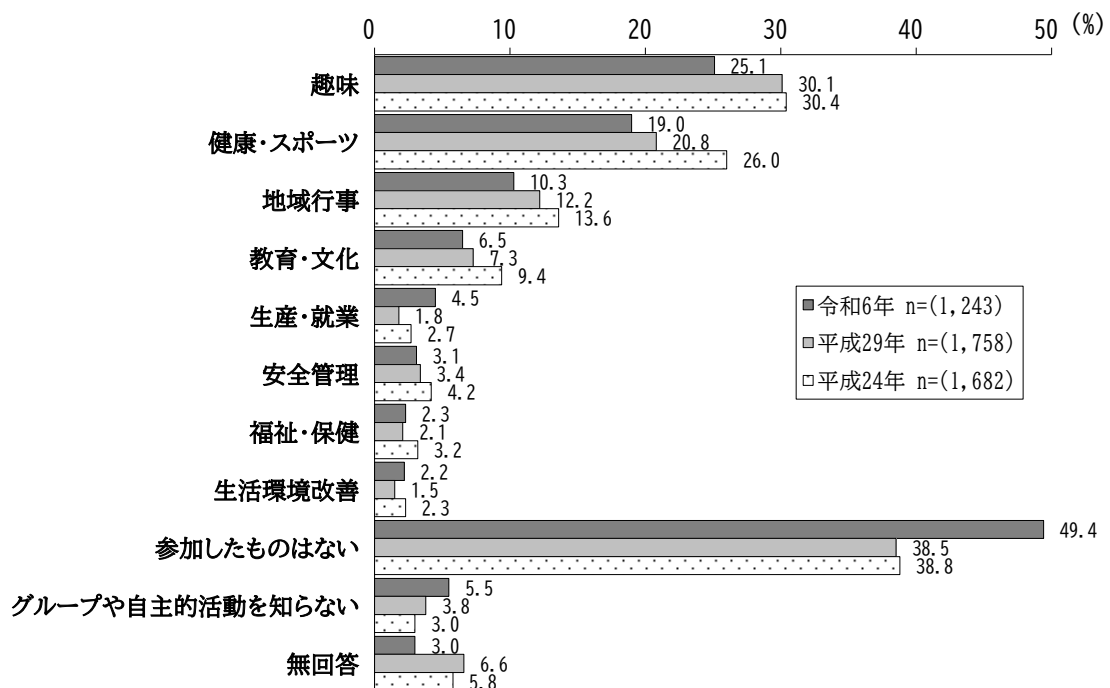


(5) 各種活動への参加状況

問14 あなたは、この1年間に自主的に行われている次のような活動に参加したことがありますか。(〇はいくつでも)

各種活動への参加状況は、「趣味」が25.1%で最も高く、次いで「健康・スポーツ」が19.0%、「地域行事」が10.3%となっている。一方、「参加したものはなし」が49.4%を占めていた。

時系列で比較すると、「趣味」(令和6年：25.1% 平成29年：30.1% 平成24年：30.4%)が前回調査より5.0ポイント、前々回調査より5.3ポイント減少している。一方、「参加したものはなし」(令和6年：49.4% 平成29年：38.5% 平成24年：38.8%)が前回調査より10.9ポイント、前々回調査より10.6ポイント増加している。

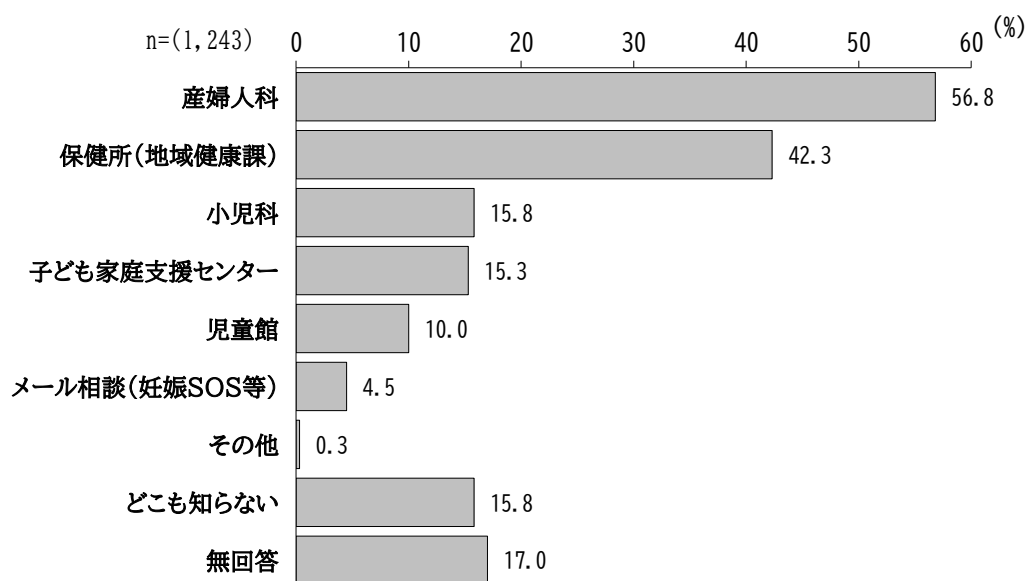


5. 妊娠・出産について

(1) 妊娠・出産に関する相談場所の認知度

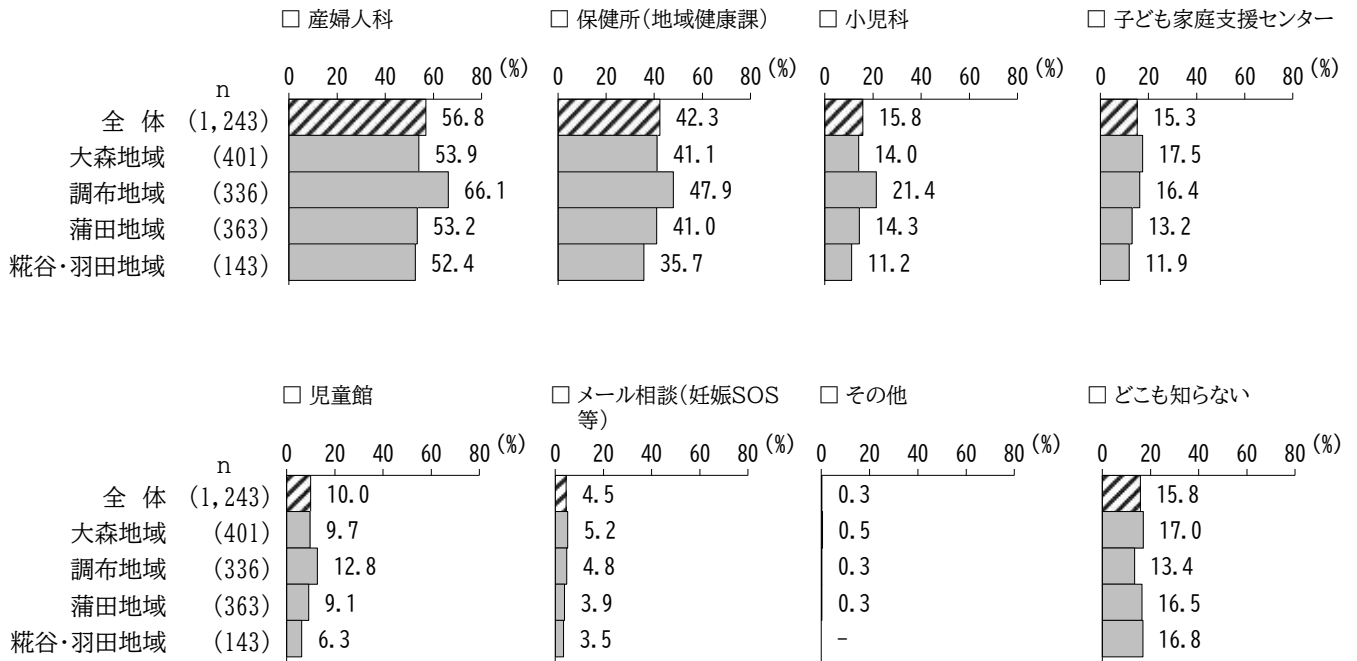
問15 妊娠・出産に関する相談ができる場所について、知っている場所はどこですか。
(〇はいくつでも)

妊娠・出産に関する相談ができる場所の認知状況は、「産婦人科」が56.8%で最も高く、次いで「保健所（地域健康課）」が42.3%、「小児科」が15.8%となっている。一方、「どこも知らない」が15.8%となっている。



【地域別】

地域別でみると、調布地域で「産婦人科」は66.1%、「保健所（地域健康課）」は47.9%、「小児科」は21.4%と他の地域に比べて高くなっている。「子ども家庭支援センター」は大森地域で17.5%と最も高く、調布地域で16.4%と並んでいる。



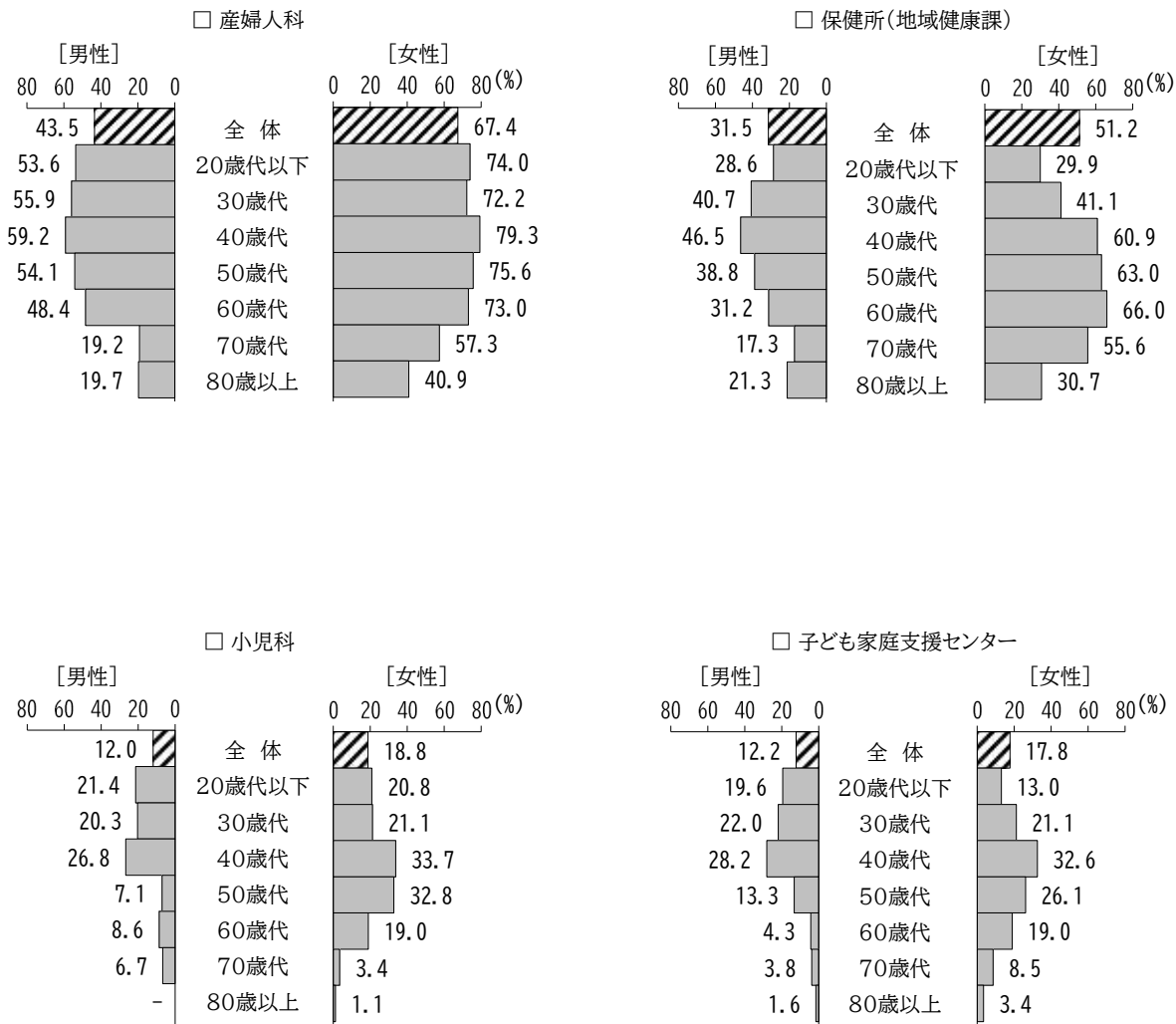
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

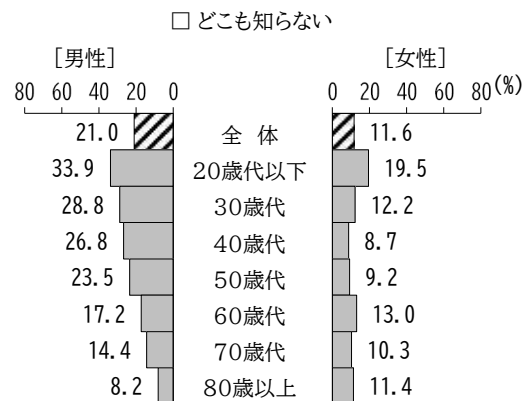
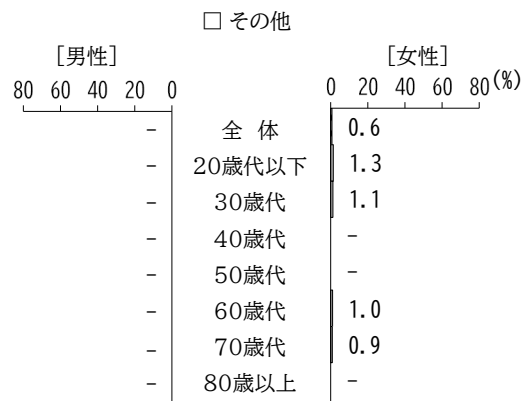
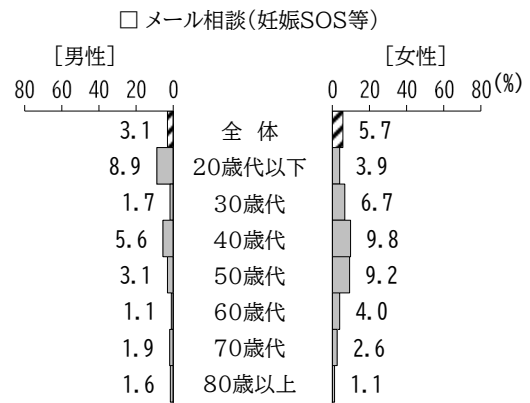
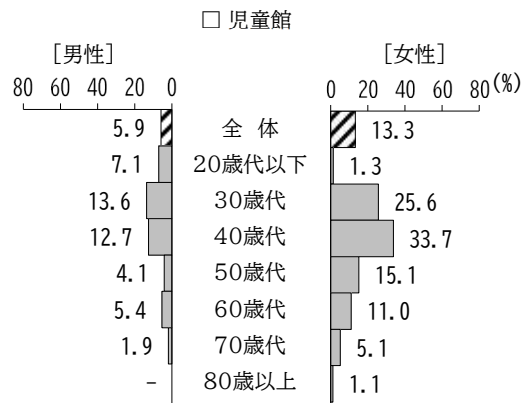
性別でみると、いずれも女性が男性を上回っており、「産婦人科」（男性：43.5％ 女性：67.4％）で23.9ポイント、「保健所（地域健康課）」（男性：31.5％ 女性：51.2％）で19.7ポイント、それぞれ女性の方が男性より高くなっている。一方、「どこも知らない」（男性：21.0％ 女性：11.6％）は男性の方が女性より9.4ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「保健所（地域健康課）」は男性では40歳代で46.5％と高く、70歳代で17.3％と最も低い。女性では60歳代で66.0％と最も高く、20歳代以下で29.9％と最も低くなっている。「子ども家庭支援センター」は男女ともに40歳代（男性：28.2％ 女性：32.6％）で最も高くなっている。一方、「どこも知らない」は女性の20歳代以下で約2割と他の年代に比べて高くなっている。

[男性]	全 体	n=(543)	50歳代	n=(98)	[女性]	全 体	n=(690)	50歳代	n=(119)
	20歳代以下	n=(56)	60歳代	n=(93)		20歳代以下	n=(77)	60歳代	n=(100)
	30歳代	n=(59)	70歳代	n=(104)		30歳代	n=(90)	70歳代	n=(117)
	40歳代	n=(71)	80歳以上	n=(61)		40歳代	n=(92)	80歳以上	n=(88)



第2部 健康に関するアンケート調査結果

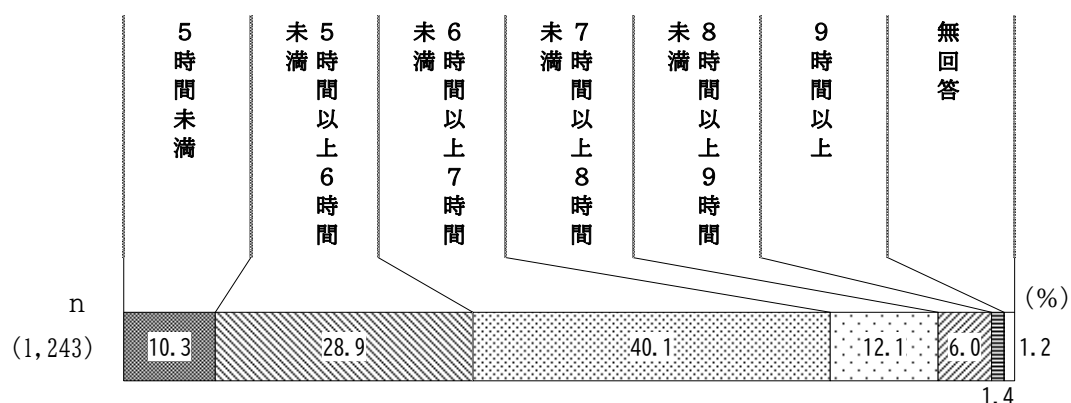


6. こころの健康について

(1) 1日の平均睡眠時間

問16 ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間は、どれくらいですか。(○は1つ)

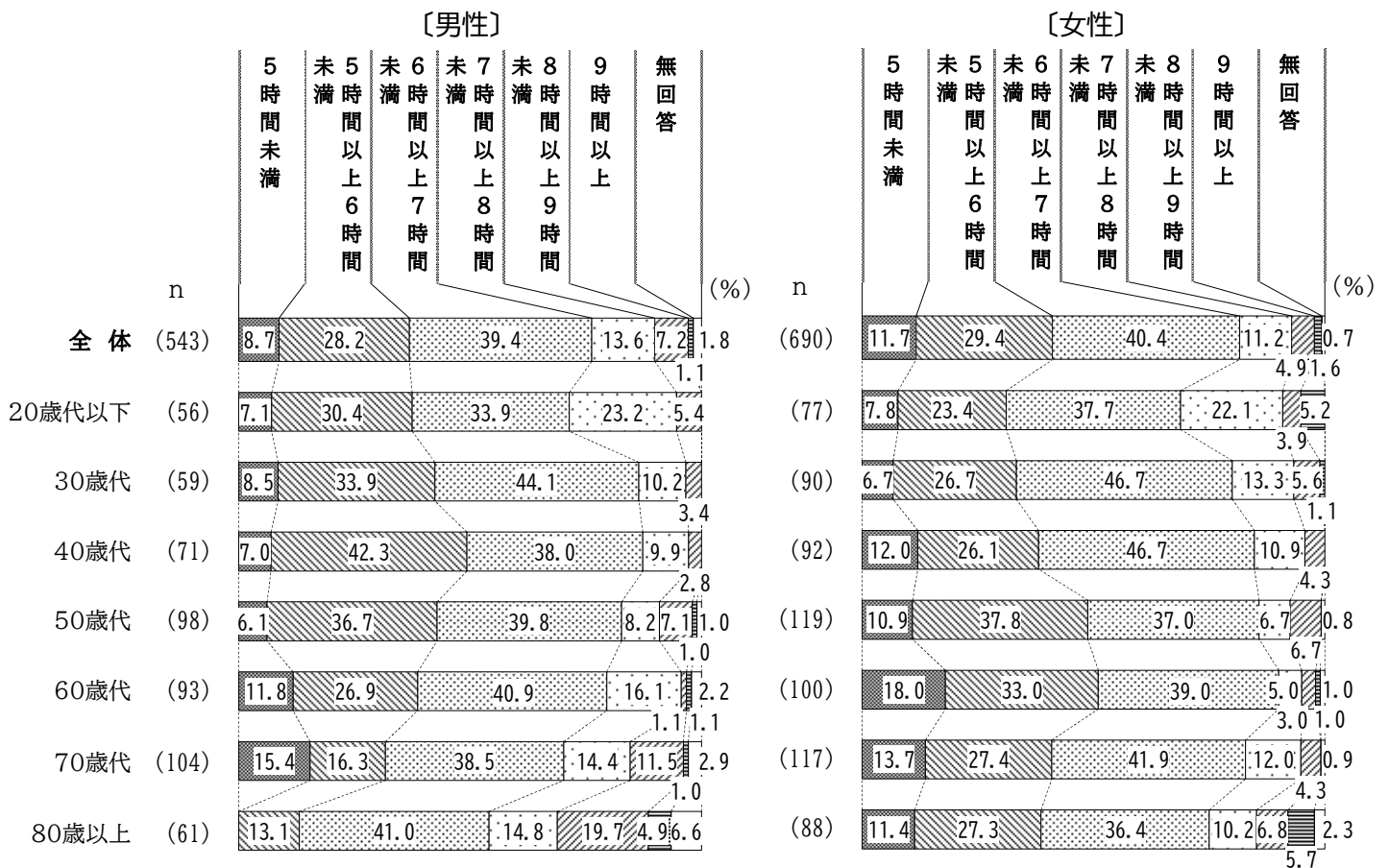
1日の平均睡眠時間は、「6時間以上7時間未満」が40.1%で最も高く、次いで「5時間以上6時間未満」が28.9%、「7時間以上8時間未満」が12.1%、「5時間未満」が10.3%となっている。



【性別、性／年代別】

性別でみると、特に大きな違いはみられない。

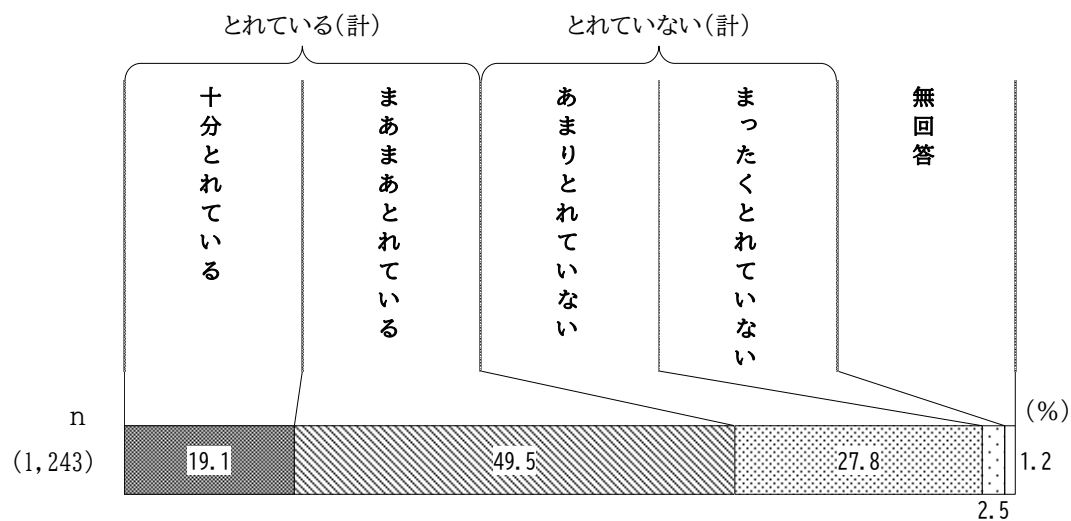
性／年代別でみると、「6時間以上7時間未満」は女性が30歳代と40歳代で46.7%と高く、男性でも30歳代で44.1%と他の年代に比べて高くなっている。「5時間以上6時間未満」は男性が40歳代で42.3%と最も高くなっている。また、「7時間以上8時間未満」は男女ともに20歳代以下（男性：23.2% 女性：22.1%）で最も高くなっている一方、男性30歳代～50歳代で1割前後、女性50歳代～60歳代で1割未満となっている。



(2) 睡眠による休養の状況

問17 ここ1か月間、あなたは睡眠で休養が十分に取れていますか。(○は1つ)

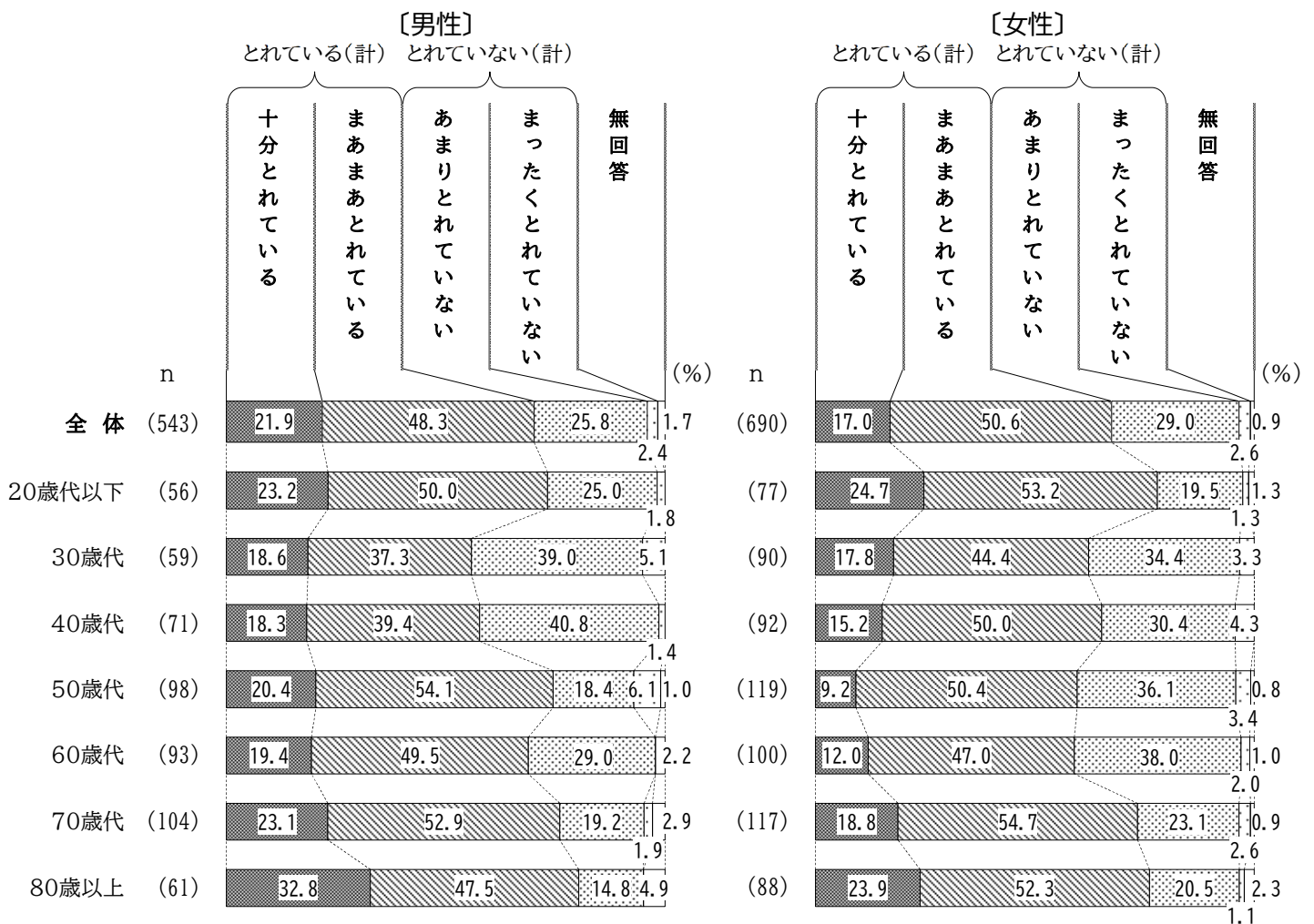
睡眠による休養の状況は、「十分とれている」(19.1%)と「まあまあとれている」(49.5%)を合わせて、《とれている(計)》は68.6%となっている。一方「あまりとれていない」(27.8%)と「まったくとれていない」(2.5%)を合わせて、《とれていない(計)》は30.3%となっている。



【性別、性／年代別】

性別でみると、「十分とれている」（男性：21.9% 女性：17.0%）は、男性の方が女性よりも4.9ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「<<とっている（計）>>」は男性では80歳以上で80.3%と最も高く、30歳代で55.9%、40歳代で57.7%と低くなっている。一方、「<<とれていない（計）>>」は男性の30歳代で44.1%と最も高く、40歳代で42.2%と並んでおり、女性では60歳代で40.0%と最も高く、50歳代で39.5%と並んでいる。



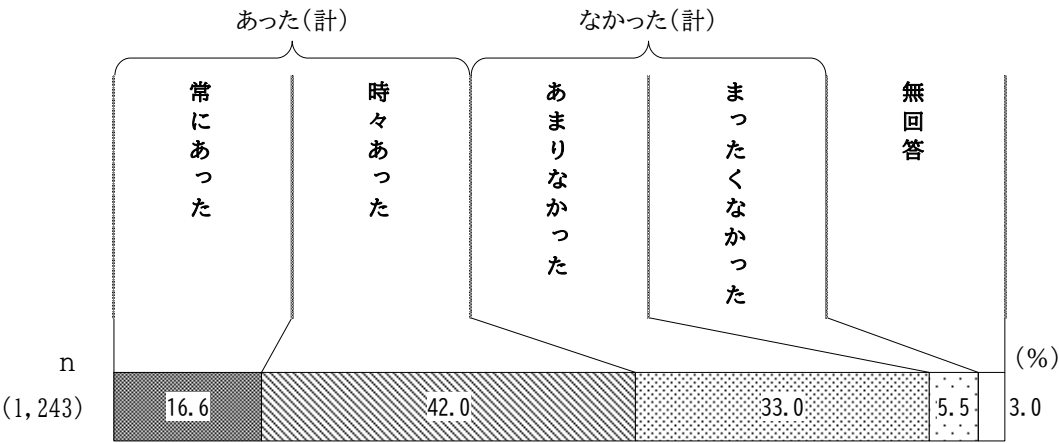
(3) ストレスの状況

問18 あなたは最近1か月間に（不満、悩み、苦労などによる）ストレスを感じたことがありますか。（○は1つ）

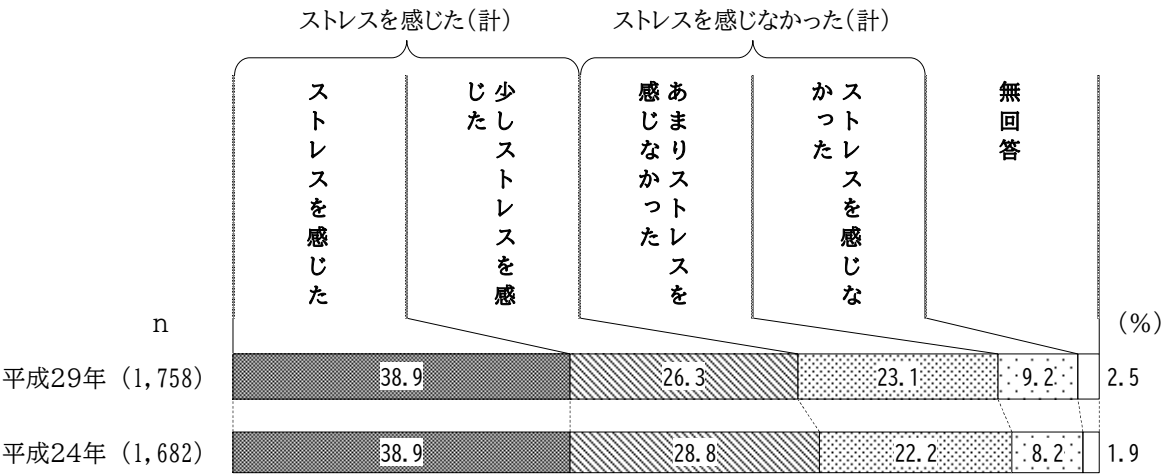
ストレスの状況は、「常にあった」（16.6％）と「時々あった」（42.0％）を合わせて、《あった（計）》は58.6％となっている。

一方「あまりなかった」（33.0％）と「まったくなかった」（5.5％）を合わせて、《なかった（計）》は38.5％となっている。

参考までに時系列で比較すると、今回調査の《あった（計）》が58.6％、前回調査、前々回調査の「ストレスを感じた」（平成29年：38.9％ 平成24年：38.9％）と「少しストレスを感じた」（平成29年：26.3％ 平成24年：28.8％）を合わせて、《ストレスを感じた（計）》は平成29年が65.2％、平成24年が67.7％となっているため、前回調査から6.6ポイント、前々回調査から9.1ポイント減少している。



【参考：経年比較】

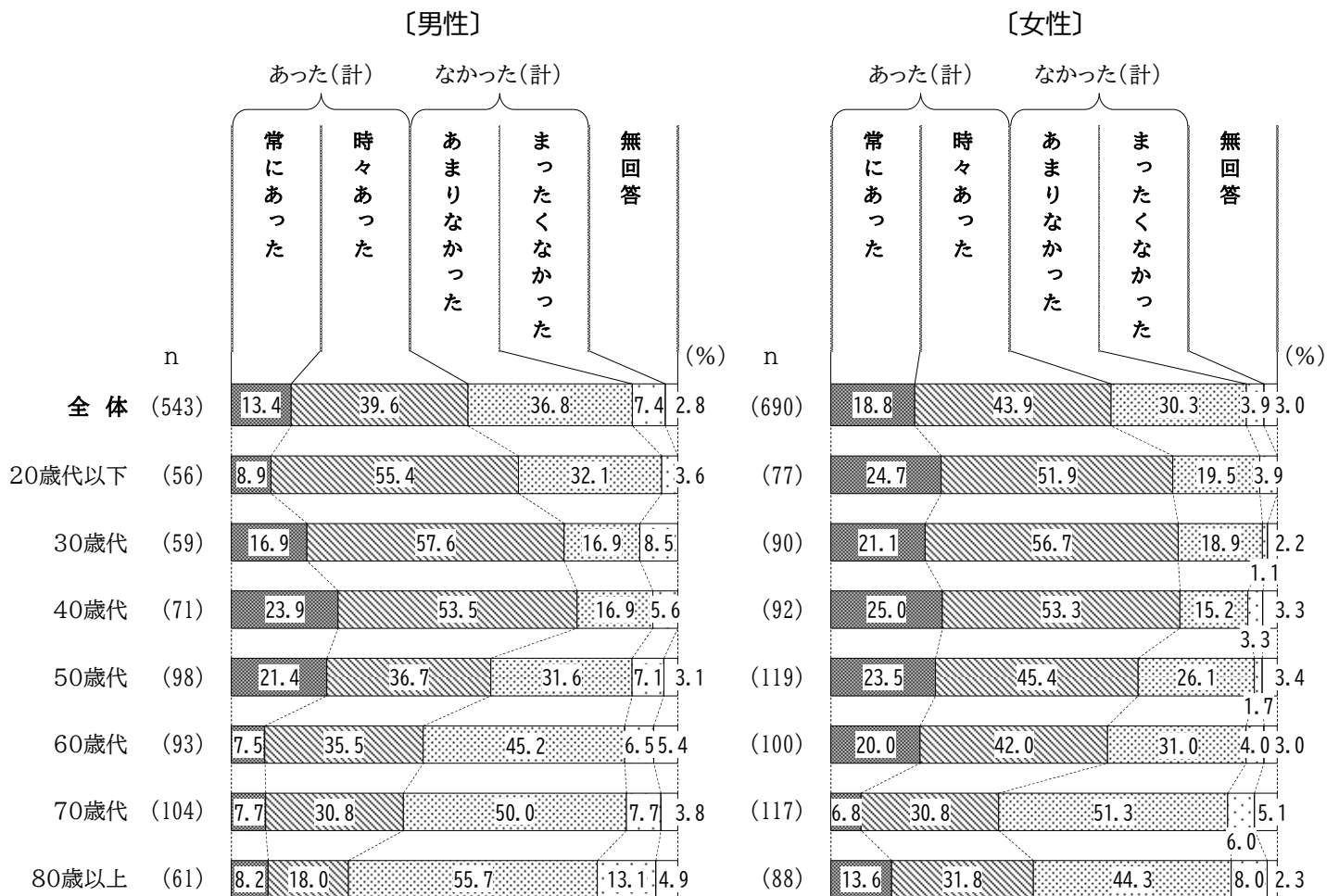


※今回調査より、選択肢「ストレスを感じた」は「常にあった」、「少しストレスを感じた」は「時々あった」、「あまりストレスを感じなかった」は「あまりなかった」、「ストレスを感じなかった」は「まったくなかった」と表記を変更している。

【性別、性／年代別】

性別でみると、「常にあった」（男性：13.4% 女性：18.8%）は、女性の方が男性よりも5.4ポイント高くなっており、「あった（計）」（男性：53.0% 女性：62.7%）は、女性の方が男性より9.7ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「あった（計）」は男性では40歳代で77.4%、30歳代で74.5%と他の年代に比べて高くなっている。また、女性では40歳代で78.3%と最も高く、30歳代で77.8%、20歳代以下で76.6%と並んでいる。一方、「なかった（計）」は男性の80歳以上で68.8%と最も高く、男性では60歳以上、女性では70歳以上でいずれも5割を超えている。

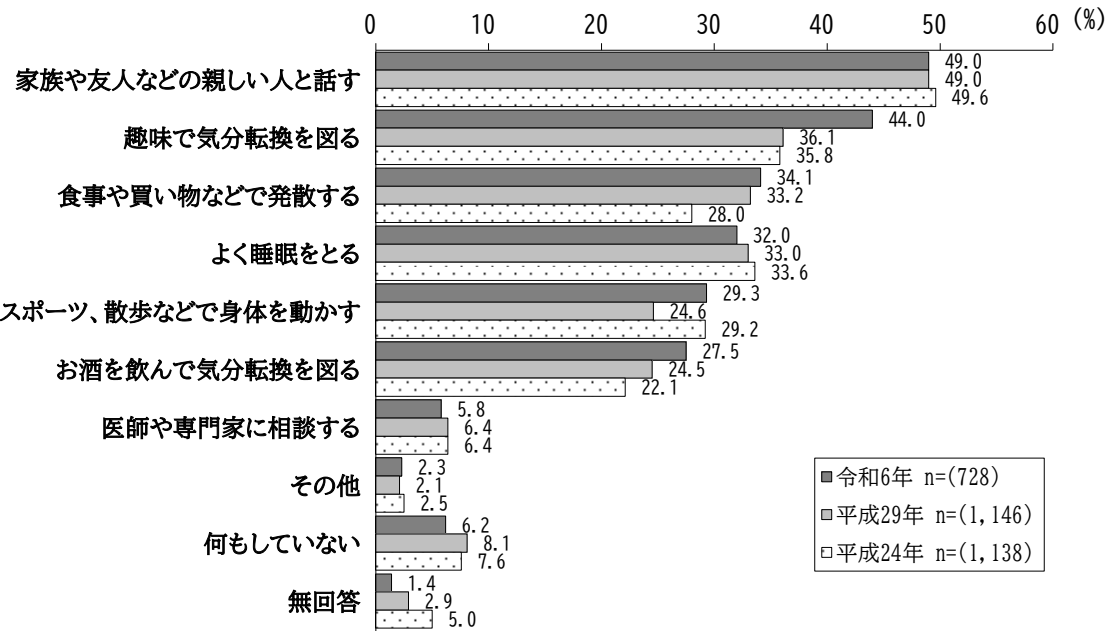


(4) ストレスの解消方法

(問18で「常にあった」または「時々あった」と回答した方におたずねします。)
問18-1 ストレスを解消するために意識的に何かしていますか。(○はいくつでも)

ストレスの状況で「あった(計)」と回答した方にストレスの解消方法をたずねた。その結果、「家族や友人などの親しい人と話す」が49.0%で最も高く、次いで「趣味で気分転換を図る」が44.0%、「食事や買い物などで発散する」が34.1%、「よく睡眠をとる」が32.0%となっている。

時系列で比較すると、「趣味で気分転換を図る」(令和6年：44.0% 平成29年：36.1% 平成24年：35.8%)が前回調査より7.9ポイント、前々回調査より8.2ポイント増加している。「食事や買い物などで発散する」(令和6年：34.1% 平成29年：33.2% 平成24年：28.0%)が前々回調査より6.1ポイント増加している。



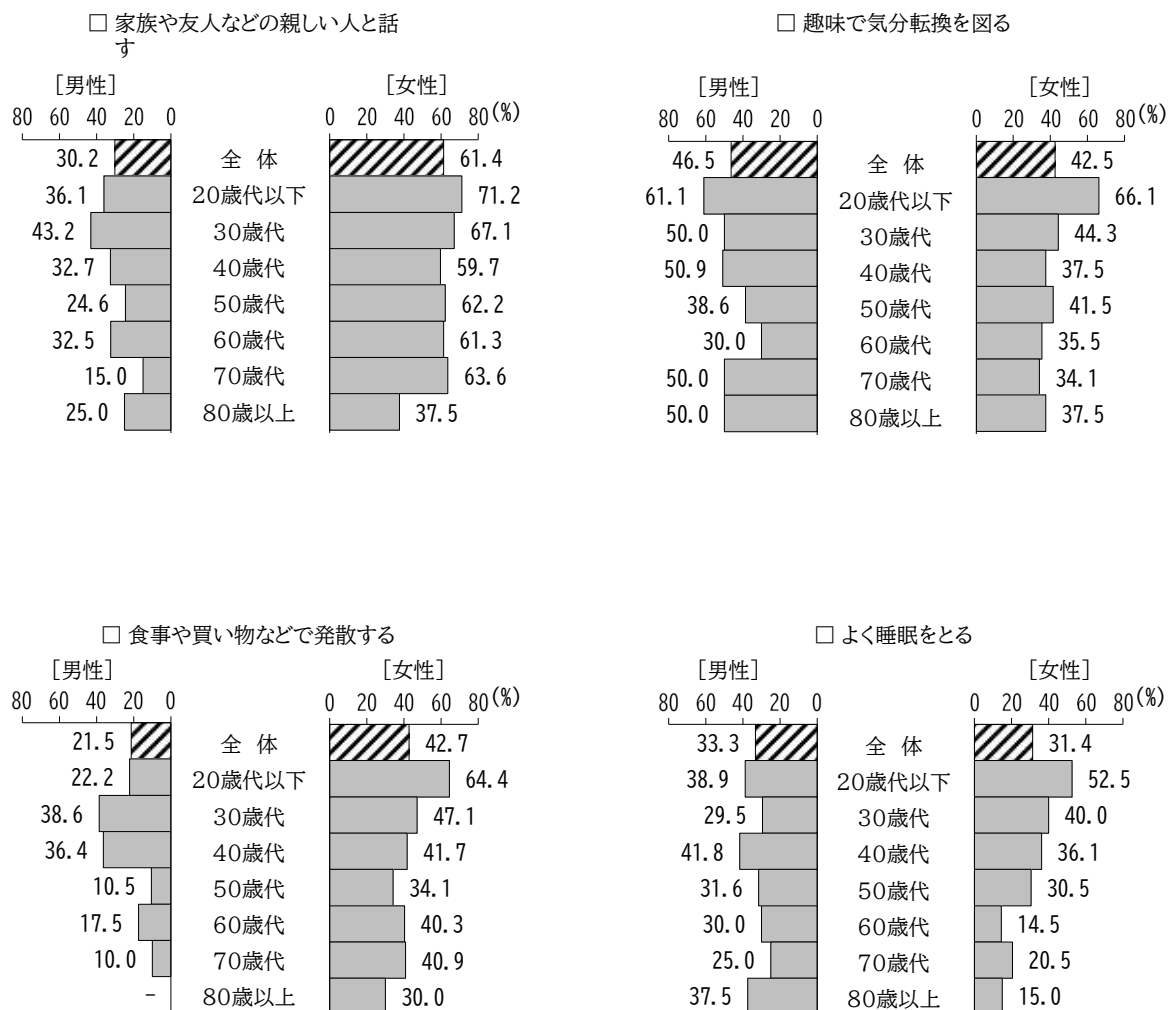
【性別、性／年代別】

性別でみると、「スポーツ、散歩などで身体を動かす」（男性：39.2% 女性：22.9%）で16.3ポイント、「お酒を飲んで気分転換を図る」（男性：36.5% 女性：21.5%）で15.0ポイント、それぞれ男性の方が女性よりもポイントが高くなっている。

一方、「家族や友人などの親しい人と話す」（男性：30.2% 女性：61.4%）で31.2ポイント、「食事や買い物などで発散する」（男性：21.5% 女性：42.7%）で21.2ポイント、それぞれ女性の方が男性よりもポイントが高くなっている。

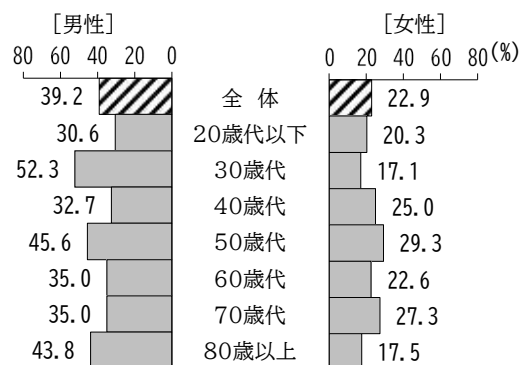
性／年代別でみると、「家族や友人などの親しい人と話す」は男性では30歳代が43.2%で最も高く、50歳代で24.6%、70歳代で15.0%と低くなっている。「趣味で気分転換を図る」は男女ともに20歳代（男性：61.1% 女性：66.1%）で最も高くなっている一方、男性で50歳代～60歳代が3割と他の年代に比べて低くなっている。また、女性の20歳代以下で「食事や買い物などで発散する」が64.4%、「よく睡眠をとる」が52.5%、「お酒を飲んで気分転換を図る」が32.2%と最も高くなっている。

[男性]	全 体	n=(288)	50歳代	n=(57)	[女性]	全 体	n=(433)	50歳代	n=(82)
	20歳代以下	n=(36)	60歳代	n=(40)		20歳代以下	n=(59)	60歳代	n=(62)
	30歳代	n=(44)	70歳代	n=(40)		30歳代	n=(70)	70歳代	n=(44)
	40歳代	n=(55)	80歳以上	n=(16)		40歳代	n=(72)	80歳以上	n=(40)

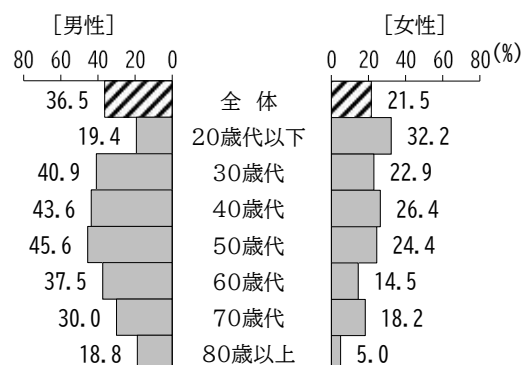


第2部 健康に関するアンケート調査結果

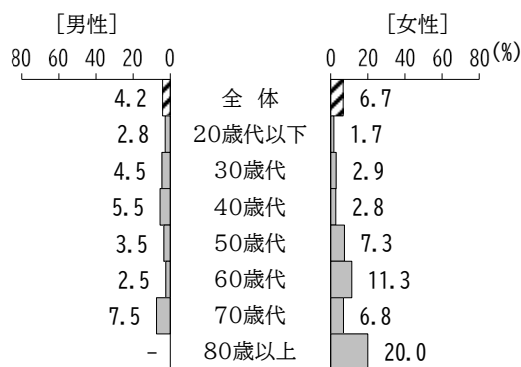
□ スポーツ、散歩などで身体を動かす



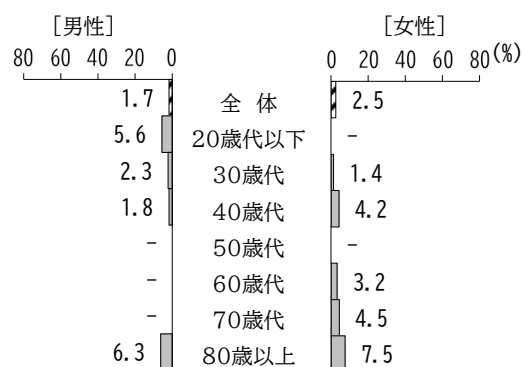
□ お酒を飲んで気分転換を図る



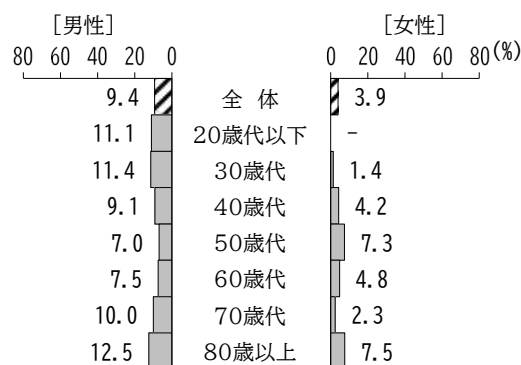
□ 医師や専門家に相談する



□ その他



□ 何もしていない

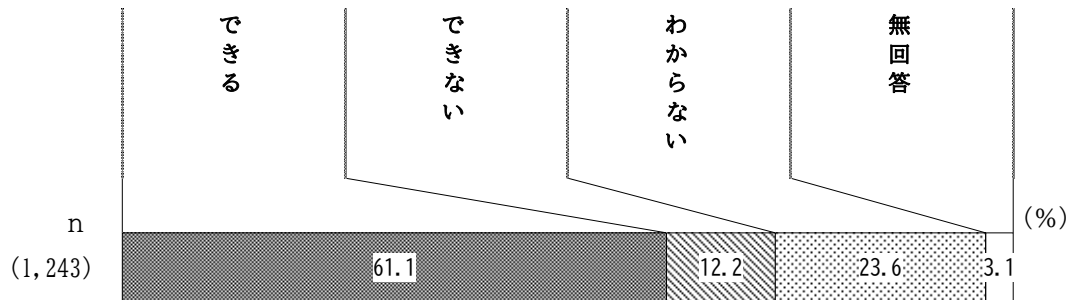


(5) こころが不調な時に相談できる人の有無

問19 あなたはストレス等が長引いてこころが不調なとき、だれかに相談できますか。

(○は1つ)

こころが不調な時に相談できる人の有無は、「できる」が61.1%、「できない」が12.2%、「わからない」が23.6%となっている。



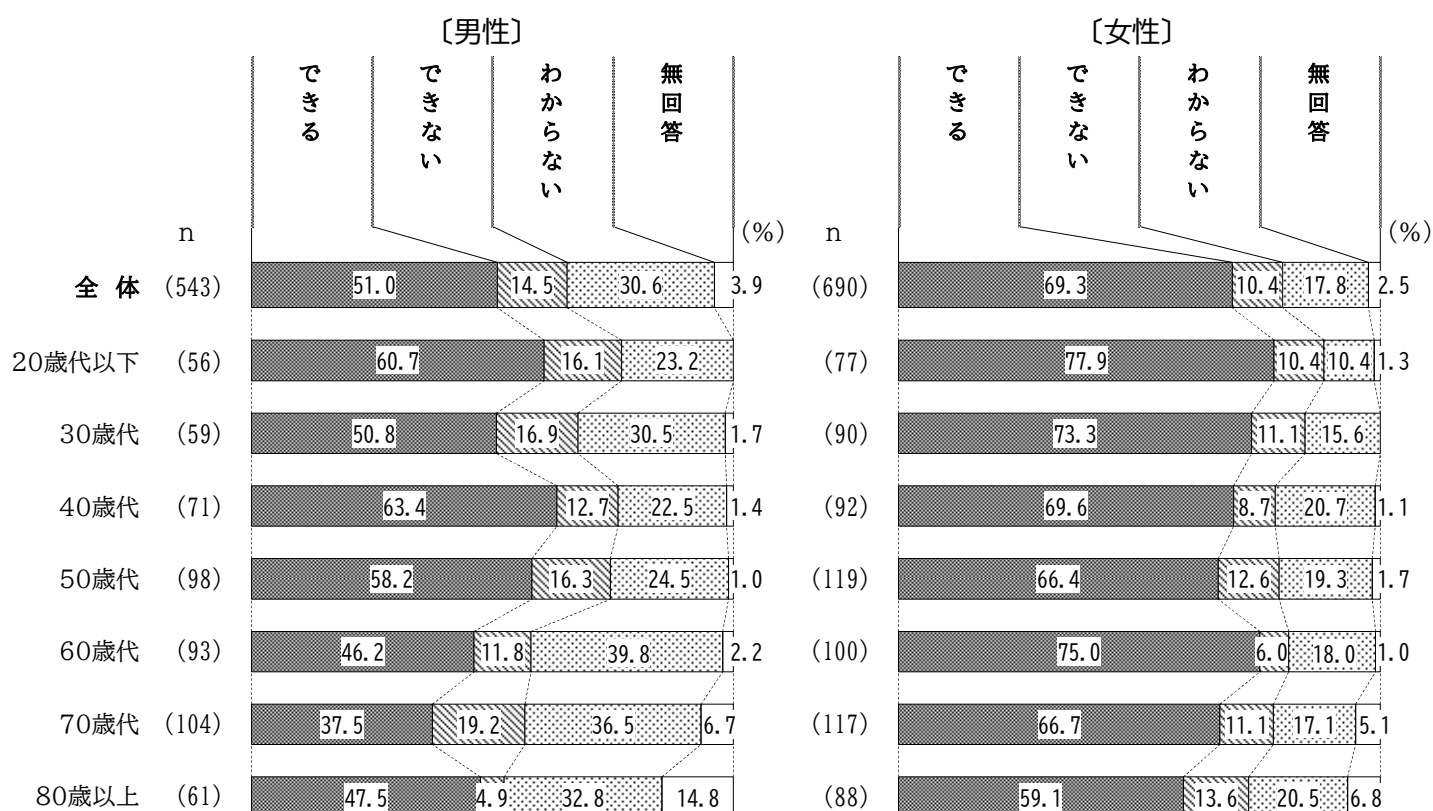
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、「できる」（男性：51.0% 女性：69.3%）は、女性の方が男性よりも18.3ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、男性では、「できる」は20歳代以下～50歳代で5割台から6割を超えているが、70歳代は37.5%にとどまっている。

女性では、「できる」はすべての年代で5割を超えており、20歳代以下で77.9%と最も高く、次いで60歳代で75.0%、30歳代で73.3%となっている。

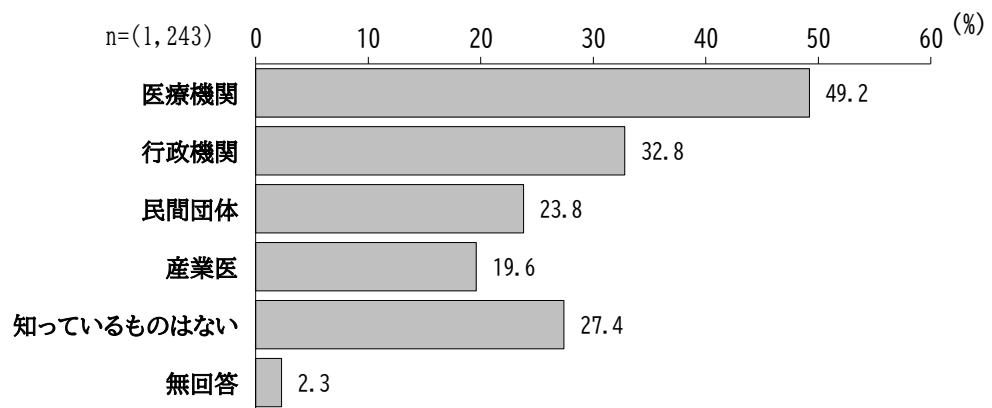


7. 自殺対策について

(1) こころの健康や自殺に関する相談先

問20 こころの健康や自殺に関する相談先について知っているものはどれですか。
(〇はいくつでも)

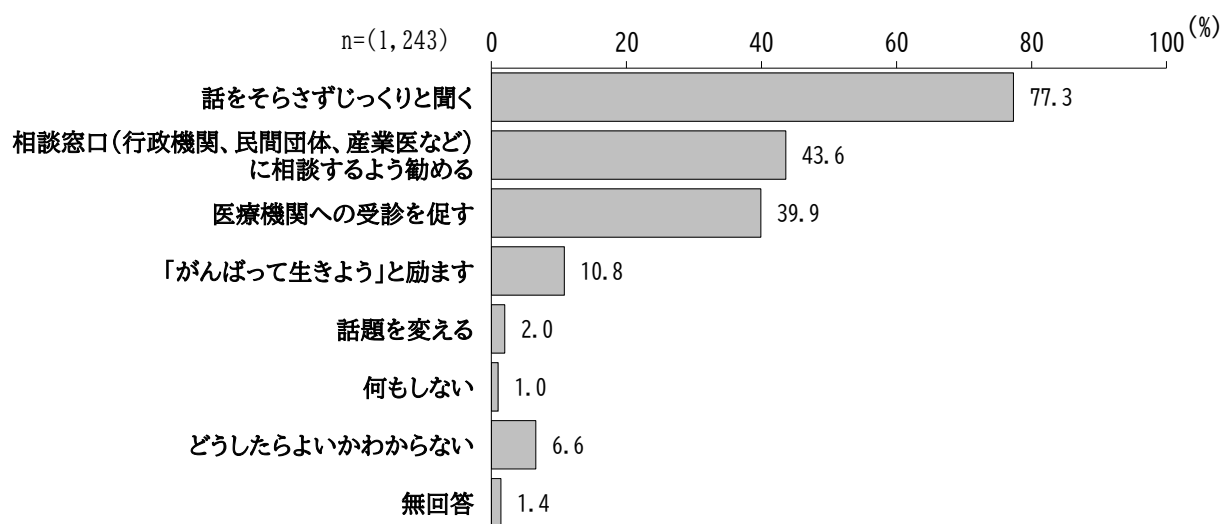
こころの健康や自殺に関する相談先は、「医療機関」が49.2%で最も高く、次いで「行政機関」が32.8%、「民間団体」が23.8%となっている。一方、「知っているものはない」が27.4%となっている。



(2)「死にたい」と打ち明けられた場合の対処法

問21 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた場合、適切だと思う対応は次のうちどれですか。(〇はいくつでも)

「死にたい」と打ち明けられた場合の対処法は、「話をそらさずじっくりと聞く」が77.3%で最も高く、次いで「相談窓口（行政機関、民間団体、産業医など）に相談するよう勧める」が43.6%、「医療機関への受診を促す」が39.9%となっている。



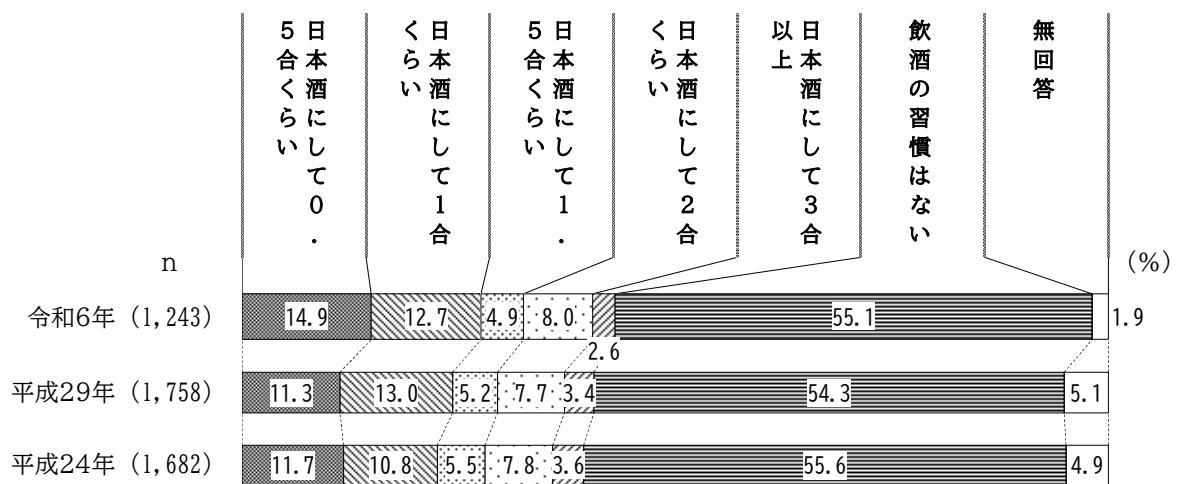
8. アルコール・たばこについて

(1) 1日あたりの飲酒量

問22 あなたは1日あたりどのくらいのお酒を飲みますか。(○は1つ)

1日あたりの飲酒量は、「日本酒にして0.5合くらい」が14.9%、「日本酒にして1合くらい」が12.7%、「日本酒にして2合くらい」が8.0%となっている。一方、「飲酒の習慣はない」が55.1%を占めている。

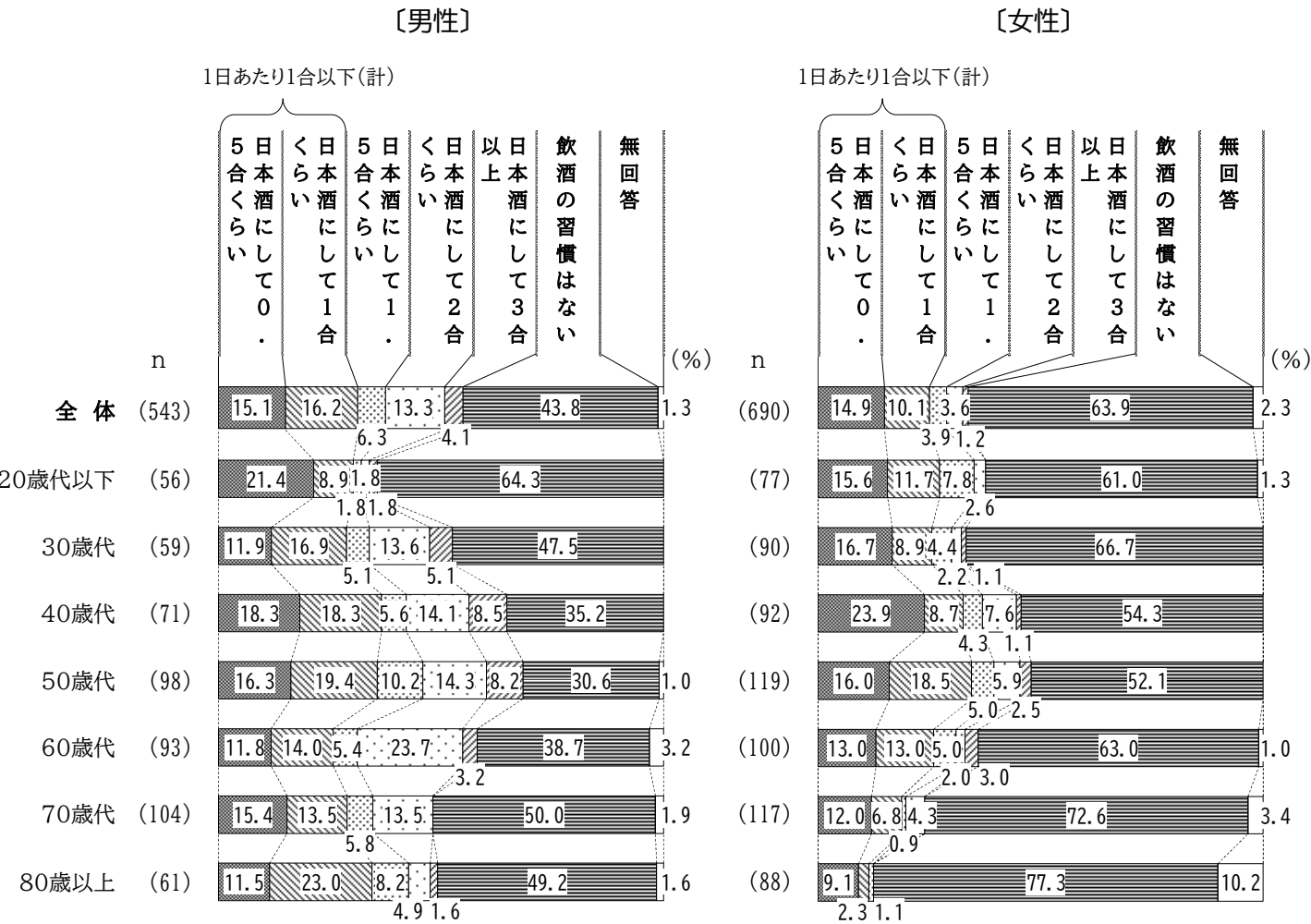
時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



【性別、性／年代別】

性別でみると、≪1日あたり1合以下(計)≫(男性：31.3% 女性：25.0%)は、男性の方が女性よりも6.3ポイント高くなっている。また、「日本酒にして2合くらい」(男性：13.3% 女性：3.6%)も、男性の方が女性よりも9.7ポイント高くなっている。一方、「飲酒の習慣はない」(男性：43.8% 女性：63.9%)は、女性の方が男性よりも20.1ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、≪1日あたり1合以下(計)≫は男性の40歳代で36.6%と最も高く、次いで50歳代で35.7%と並び、女性では50歳代で34.5%と最も高く、次いで40歳代で32.6%と並んでいる。「日本酒にして2合くらい」は男性が60歳代で23.7%と最も高くなっている。一方、「飲酒の習慣はない」は男性の20歳代以下で64.3%と最も高く、50歳代で30.6%と最も低くなっている。女性ではすべての年代で5割を超えており、80歳以上で77.3%と最も高く、70歳代で72.6%と並んでいる。



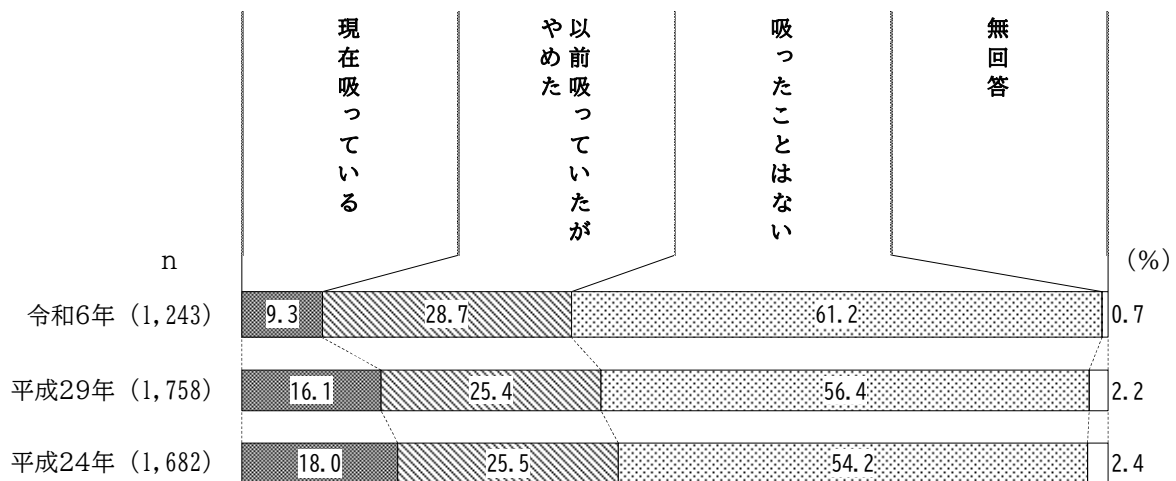
(2) 喫煙状況

問23 あなたはたばこを吸っていますか。

※電子タバコ、加熱式タバコを含めます。(○は1つ)

喫煙状況は、「現在吸っている」が9.3%、「以前吸っていたがやめた」が28.7%、「吸ったことはない」が61.2%となっている。

時系列で比較すると、「現在吸っている」(令和6年：9.3% 平成29年：16.1% 平成24年：18.0%)が前回調査より6.8ポイント、前々回調査より8.7ポイント減少している。一方、「吸ったことはない」(令和6年：61.2% 平成29年：56.4% 平成24年：54.2%)が前回調査より4.8ポイント、前々回調査より7.0ポイント増加している。



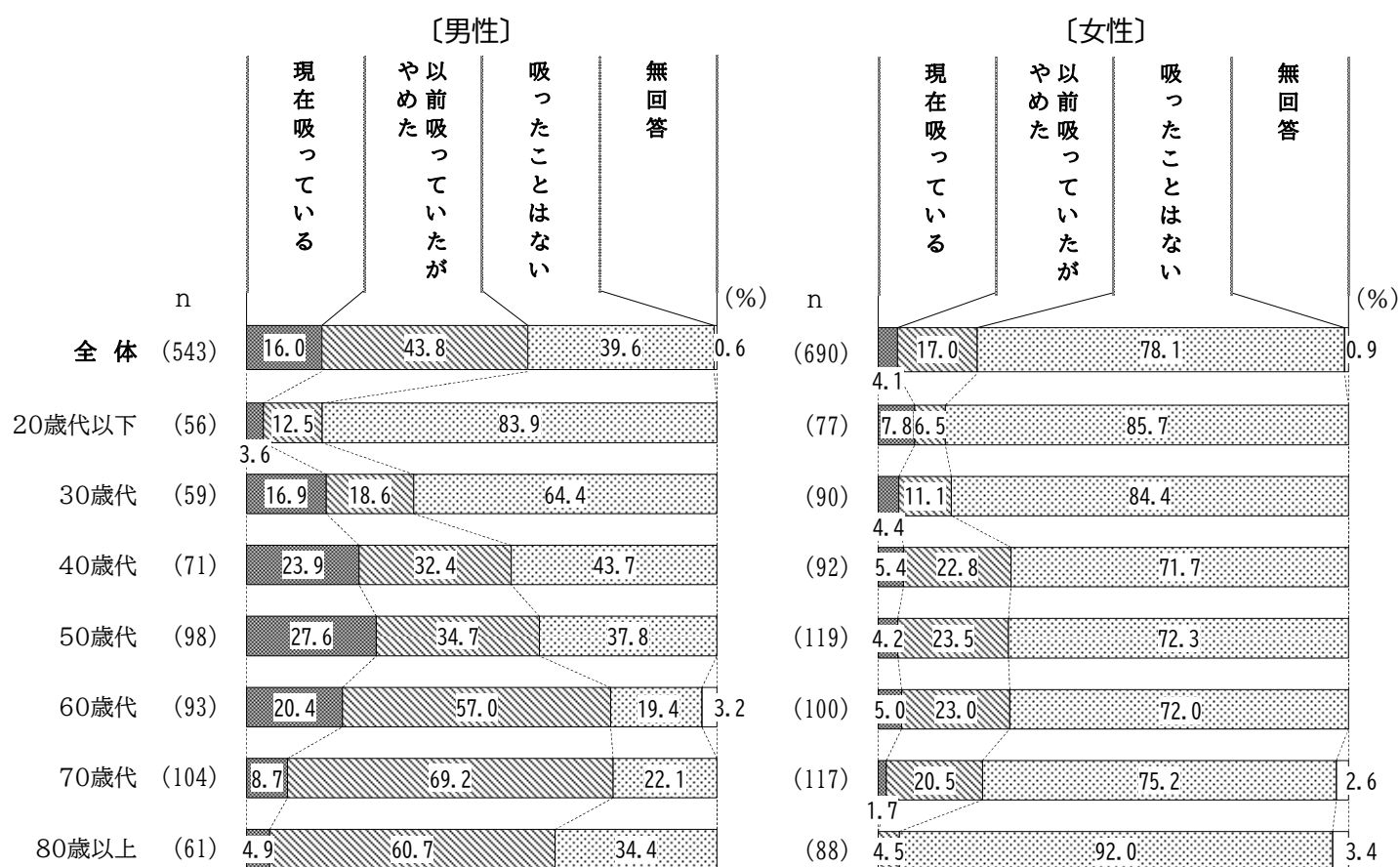
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、「現在吸っている」（男性：16.0% 女性：4.1%）は、男性の方が女性よりも11.9ポイント高くなっている。また、「以前吸っていたがやめた」（男性：43.8% 女性：17.0%）でも、男性は26.8ポイント上回る。一方、「吸ったことはない」（男性：39.6% 女性：78.1%）は、女性の方が男性よりも38.5ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、男性では、「現在吸っている」は50歳代で27.6%と最も高く、次いで40歳代で23.9%となっている。「吸ったことはない」は20歳代以下で83.9%と最も高く、30歳代で64.4%となっている。

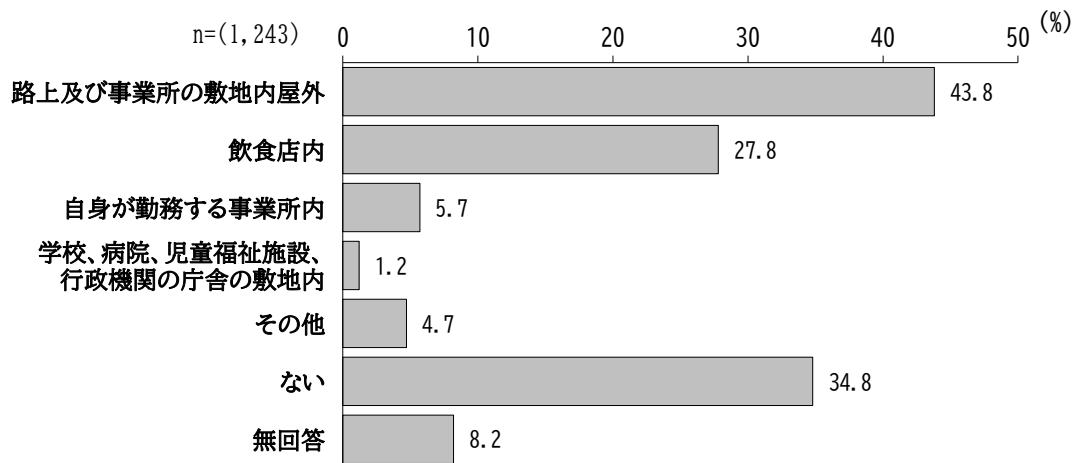
女性では、「以前吸っていたがやめた」は40歳代～70歳代で2割台となっている。また、「吸ったことはない」は80歳以上で92.0%と最も高く、次いで20歳代以下で85.7%、30歳代で84.4%となっている。



(3) 受動喫煙の経験場所

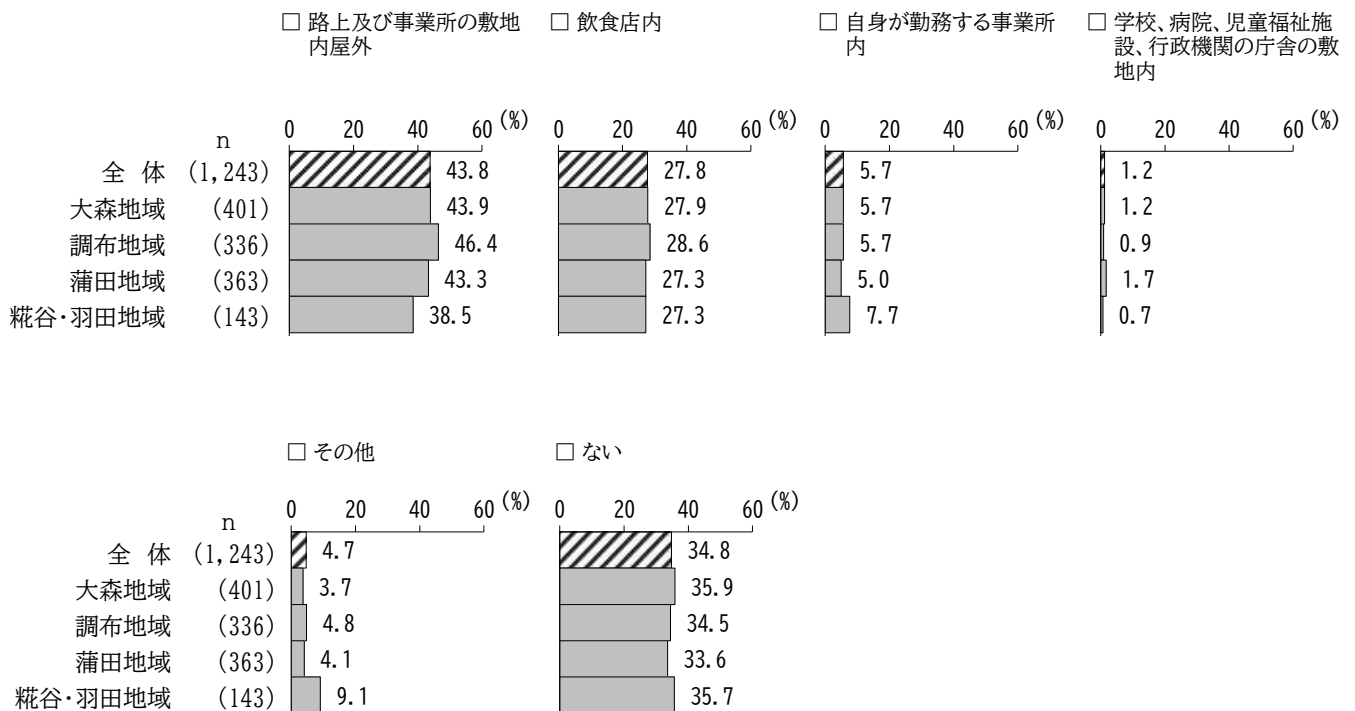
問24 1年以内に、受動喫煙を経験された場所があれば教えてください。(○はいくつでも)

受動喫煙の経験場所は、「路上及び事業所の敷地内屋外」が43.8%で最も高く、次いで「飲食店内」が27.8%、「自身が勤務する事業所内」が5.7%となっている。一方、「ない」が34.8%となっている。



【地域別】

地域別でみると、「路上及び事業所の敷地内屋外」は大森地域、調布地域、蒲田地域で4割台となっている一方、糀谷・羽田地域で38.5%と他の地域に比べて低くなっている。

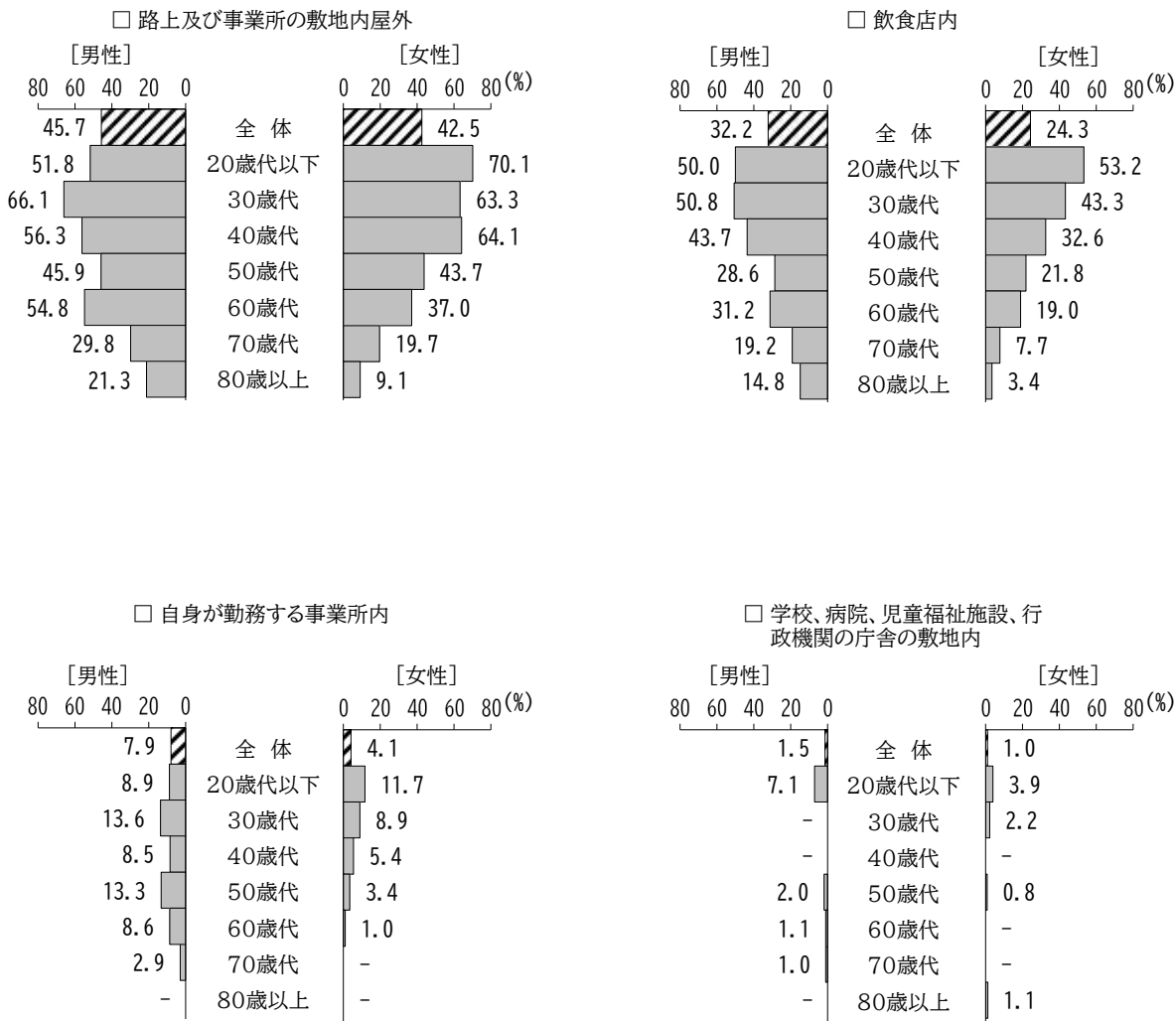


【性別、性／年代別】

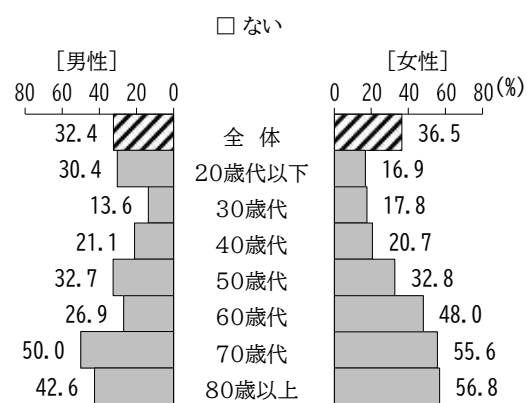
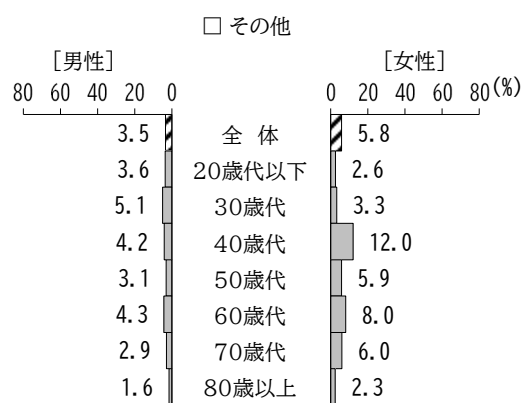
性別でみると、「飲食店内」（男性：32.2％ 女性：24.3％）で男性の方が女性よりも7.9ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「路上及び事業所の敷地内屋外」は男性では20歳代以下～60歳代までが5割以上となっており、特に30歳代で66.1％となっている。女性では20歳代以下で70.1％と最も高く、おおむね年代が上がるほど低くなっている。「飲食店内」は男性では20歳代以下と30歳代で5割と高くなっている。女性では20歳代以下で53.2％と最も高く、年代が上がるほど低くなっている。「ない」は男性では70歳代で50.0％と最も高く、次いで80歳以上で42.6％となっており、女性では20歳代以下で16.9％と最も低く、年代が上がるほど高くなっている。

[男性]				[女性]			
全 体	n=(543)	50歳代	n=(98)	全 体	n=(690)	50歳代	n=(119)
20歳代以下	n=(56)	60歳代	n=(93)	20歳代以下	n=(77)	60歳代	n=(100)
30歳代	n=(59)	70歳代	n=(104)	30歳代	n=(90)	70歳代	n=(117)
40歳代	n=(71)	80歳以上	n=(61)	40歳代	n=(92)	80歳以上	n=(88)



第2部 健康に関するアンケート調査結果

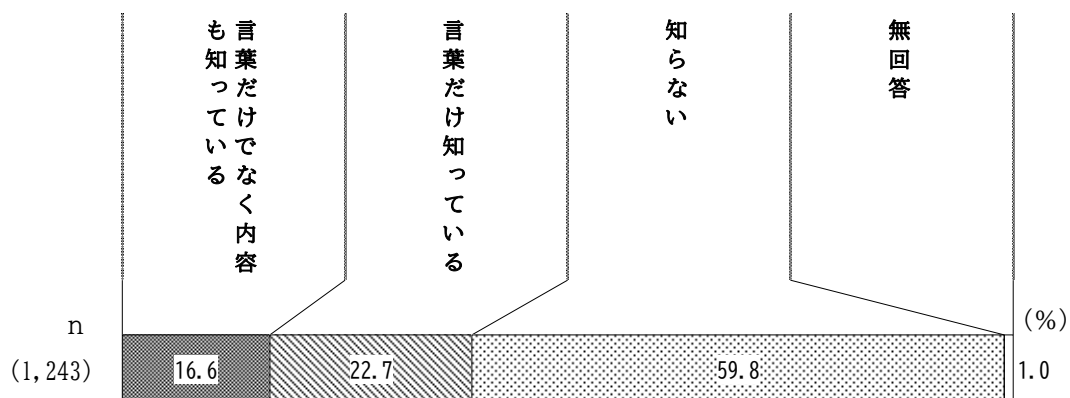


(4) COPDの認知状況

問25 「慢性閉塞性肺疾患（COPD）」について、あなたはこの病気を知っていましたか。

(○は1つ)

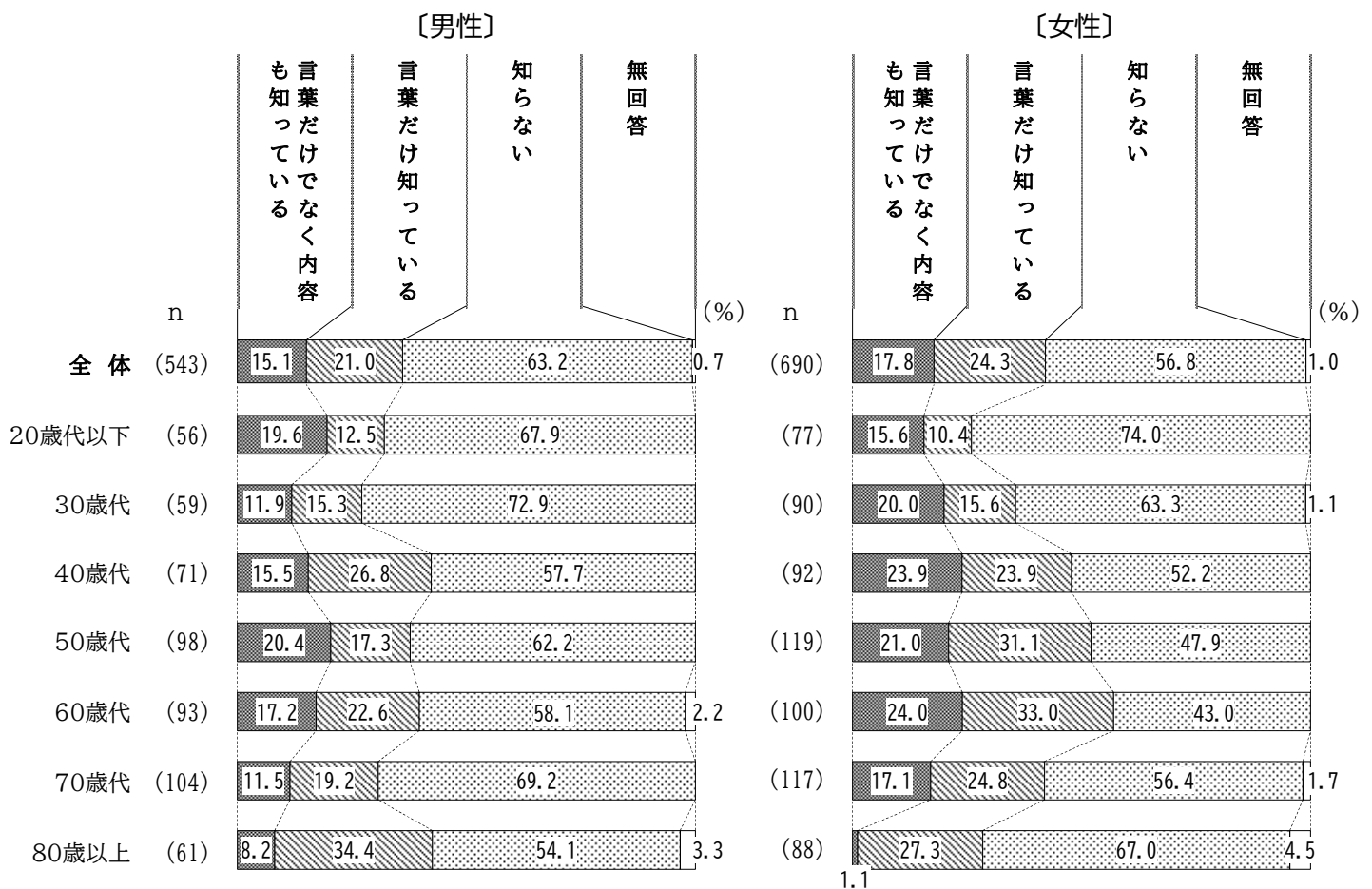
COPDの認知状況は、「言葉だけ知っている」が22.7%、「言葉だけでなく内容も知っている」が16.6%「知らない」が59.8%となっている。



【性別、性／年代別】

性別でみると、「知らない」(男性：63.2% 女性：56.8%)は、男性の方が女性よりも6.4ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「言葉だけでなく内容も知っている」は男性が50歳代で20.4%と最も高く、次いで20歳代以下で19.6%となっている。女性では30歳代～60歳代で2割台となっている。「言葉だけ知っている」は男性では80歳以上で34.4%、女性では60歳代で33.0%、50歳代で31.1%と高くなっている。一方、「知らない」は男性では30歳代で72.9%、女性では20歳代以下で74.0%と最も高くなっている。



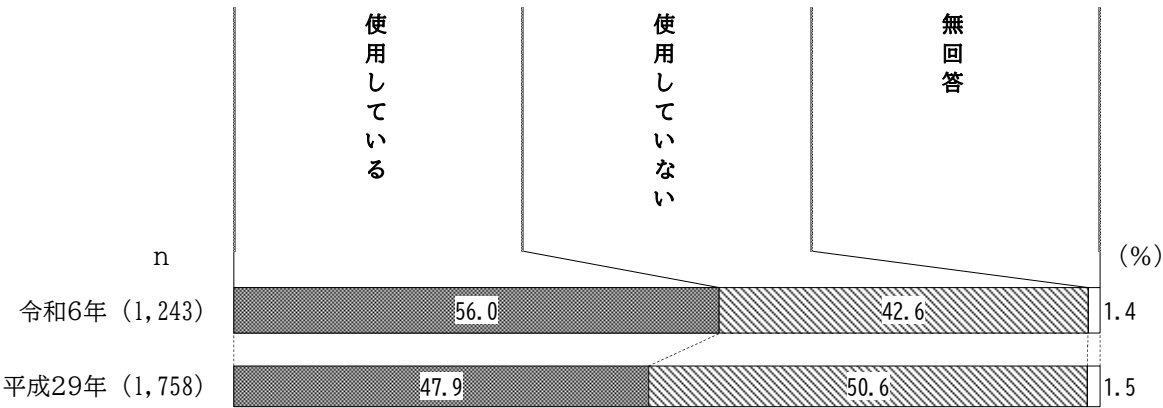
9. 歯の健康について

(1) デンタルフロスや歯間ブラシの使用状況（週1回以上）

問26 デンタルフロスや歯間ブラシを週1回以上使用していますか。（○は1つ）

デンタルフロスや歯間ブラシの使用状況（週1回以上）は、「使用している」が56.0%、「使用していない」が42.6%となっている。

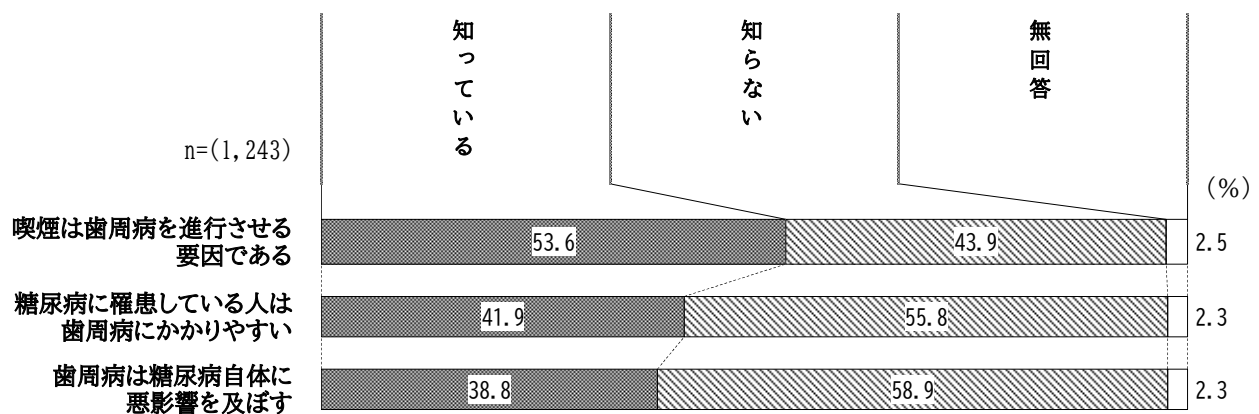
時系列で比較すると、「使用している」（令和6年：56.0% 平成29年：47.9%）が前回調査より8.1ポイント増加している。



(2) 歯周病と喫煙及び糖尿病の関連性の認知度

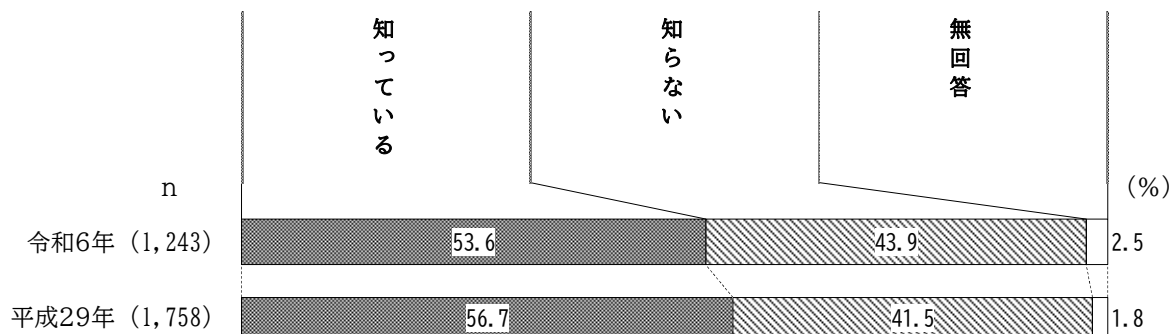
問27 歯周病について、以下のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

喫煙と歯周病の関連性の認知度で「知っている」は、“喫煙は歯周病を進行させる要因である”が53.6%、“糖尿病に罹患している人は歯周病にかかりやすい”が41.9%、“歯周病は糖尿病自体に悪影響を及ぼす”が38.8%となっている。一方、「知らない」は“糖尿病に罹患している人は歯周病にかかりやすい”、“歯周病は糖尿病自体に悪影響を及ぼす”で過半数を占めている。



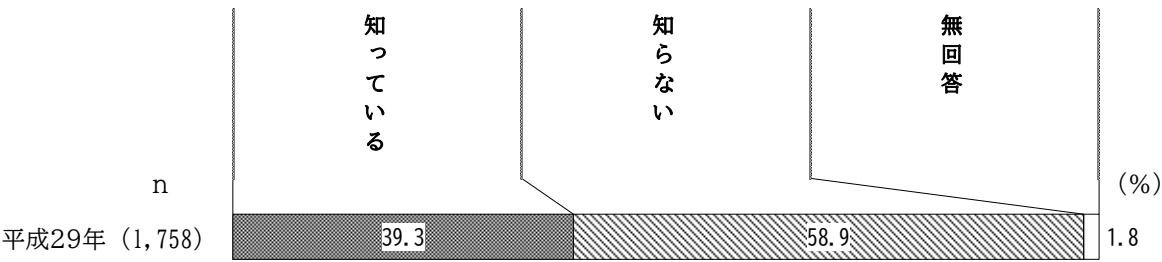
① 喫煙は歯周病を進行させる要因である

時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



【参考：経年比較（糖尿病と歯周病の関連性の認知度）】

参考までに時系列で比較すると、今回調査の「知っている」は“糖尿病に罹患している人は歯周病にかかりやすい”が41.9%、“歯周病は糖尿病自体に悪影響を及ぼす”が38.8%となっている。前回調査の“糖尿病と歯周病の関連性の認知度”で「知っている」は39.3%となっているため、いずれも認知度は同程度となっている。



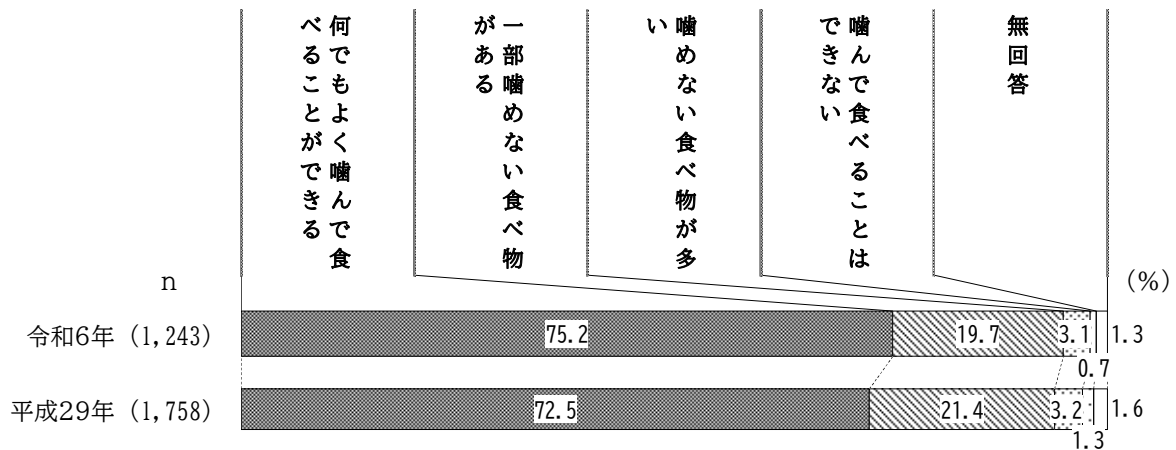
※前回調査では、「糖尿病に罹患（罹患）している人は歯周病にかかりやすく、また歯周病は糖尿病自体に悪影響を及ぼします。このことを知っていますか。」という設問のため、今回調査の“糖尿病に罹患している人は歯周病にかかりやすい”、“歯周病は糖尿病自体に悪影響を及ぼす”がひとつの設問としてまとめられており今回調査と前回調査の設問内容が異なるが、参考までに比較している。

(3) 固いものでもよく噛んで食べることができるか

問28 あなたは固いものでもよく噛んで食べることができますか。(○は1つ)

固いものでもよく噛んで食べることができるかは、「何でもよく噛んで食べることができる」が75.2%で最も高く、次いで「一部噛めない食べ物がある」が19.7%となっている。

時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



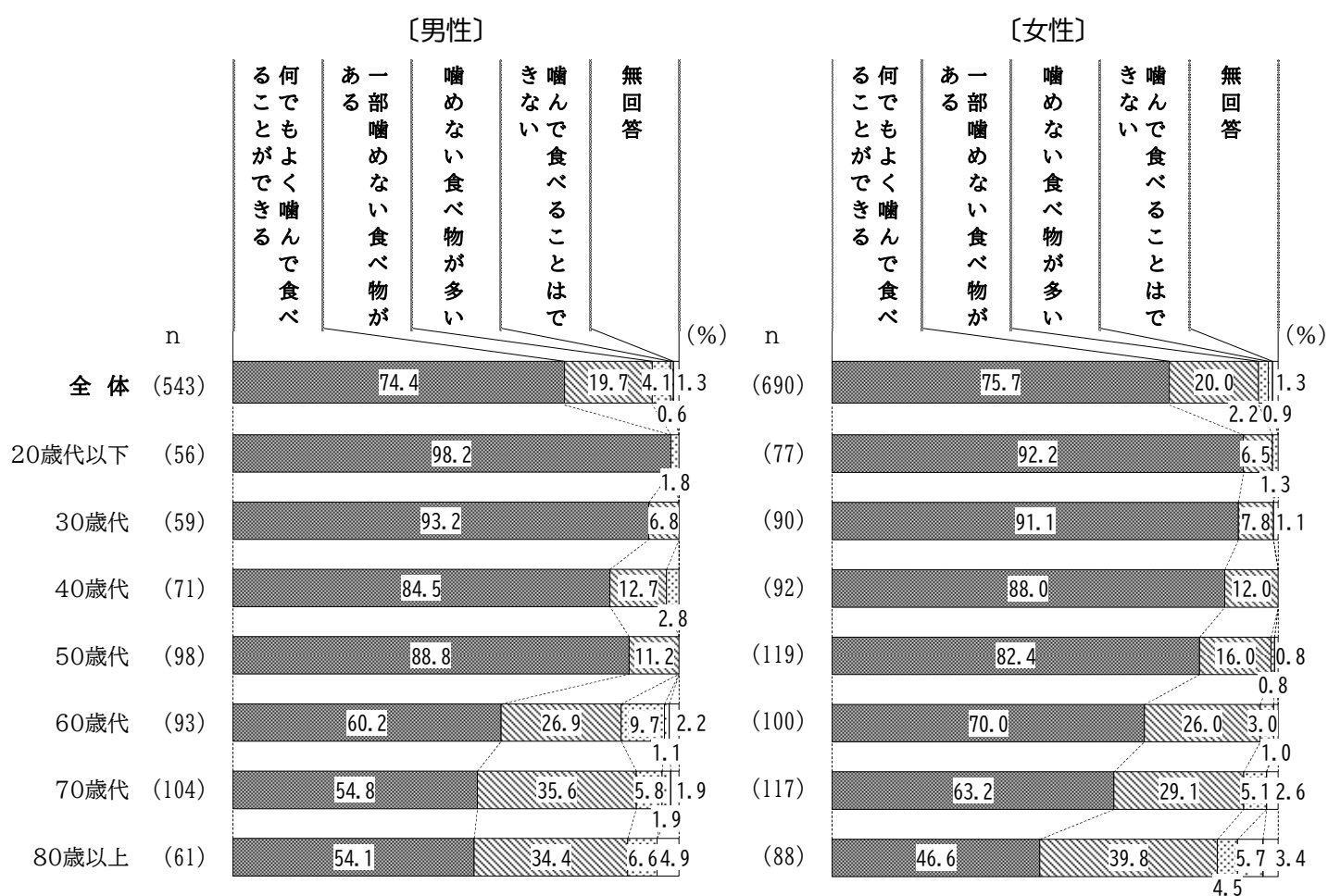
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、男性では「何でもよく噛んで食べることができる」は20歳代以下～50歳代で8割台～9割台の一方、60歳代で60.2%、70歳代～80歳以上で5割台半ばとなっている。「一部噛めない食べ物がある」は60歳以上で高くなっており、70歳代で35.6%と最も高く、80歳以上で34.4%と並んでいる。

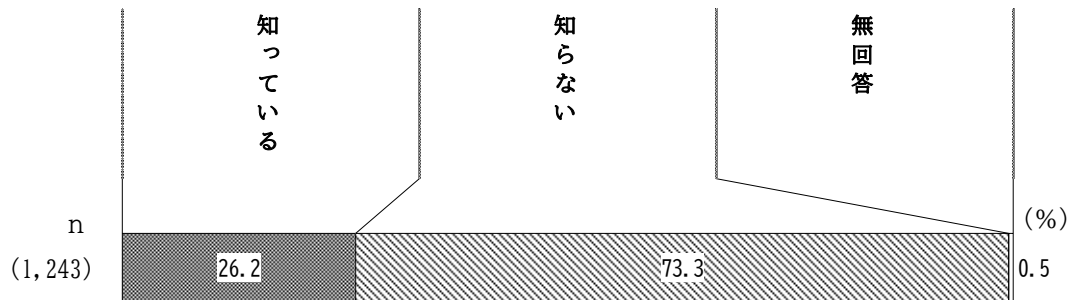
女性では、「何でもよく噛んで食べることができる」は20歳代以下で92.2%と最も高く、年代が上がるほど低くなっている。「一部噛めない食べ物がある」は年代が上がるほど高くなり、80歳以上で39.8%と最も高くなっている。



(4) オーラルフレイルの認知度

問29 オーラルフレイルを知っていますか。(○は1つ)

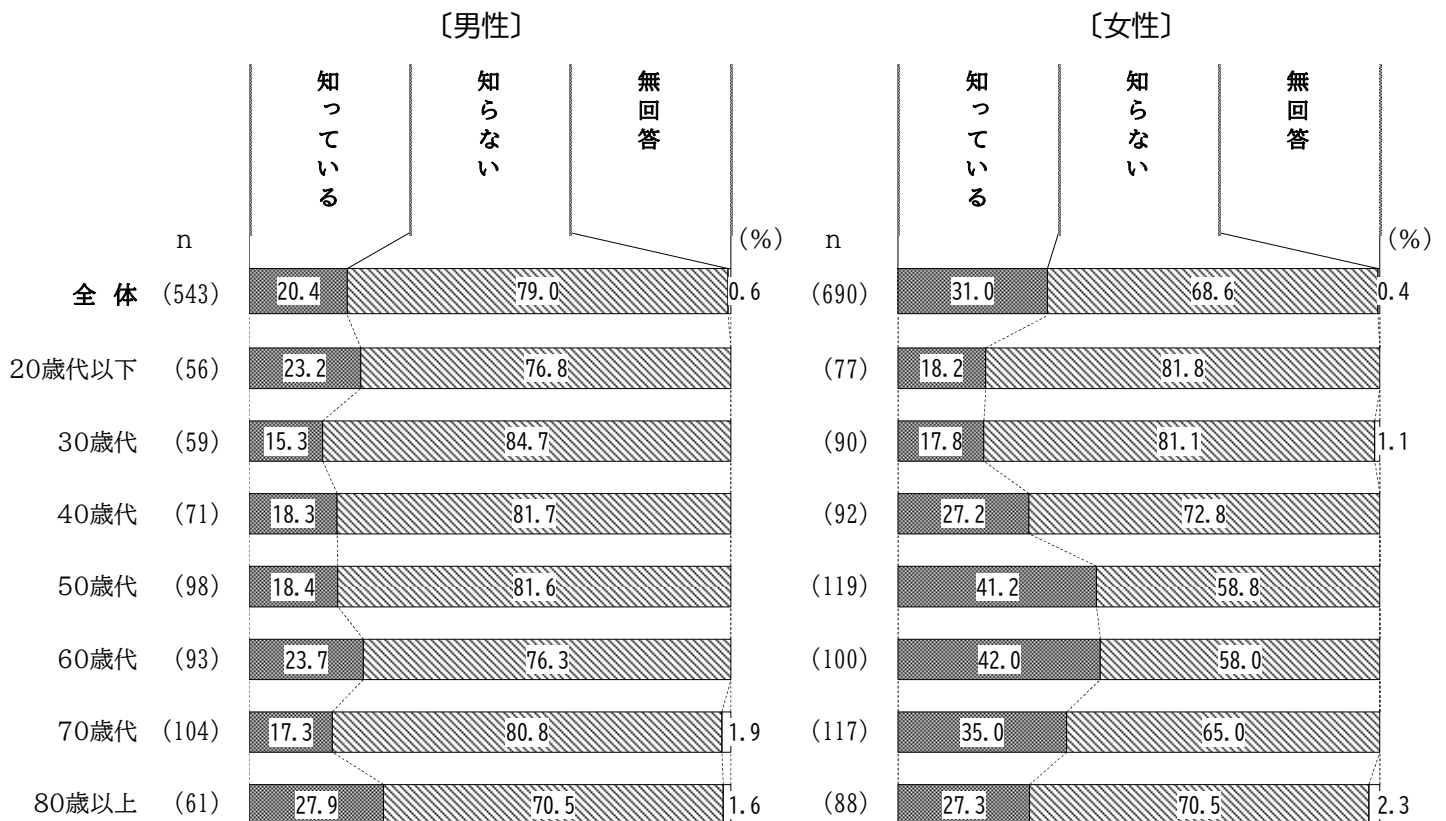
オーラルフレイルの認知度は、「知っている」が26.2%、「知らない」が73.3%となっている。



【性別、性／年代別】

性別でみると、「知っている」(男性：20.4% 女性：31.0%)は、女性の方が男性よりも10.6ポイント高くなっている。一方、「知らない」(男性：79.0% 女性：68.6%)は、男性が10.4ポイント上回る。

性／年代別でみると、「知っている」は男性では80歳以上で27.9%と最も高くなっており、20歳代と60歳代でも2割台となっている。女性では60歳代で42.0%、50歳代で41.2%と他の年代に比べて高くなっている。一方、「知らない」は、男性では30歳代で84.7%と最も高くなっており、女性では20歳代以下で81.8%と最も高く、30歳代で81.1%と並んでいる。



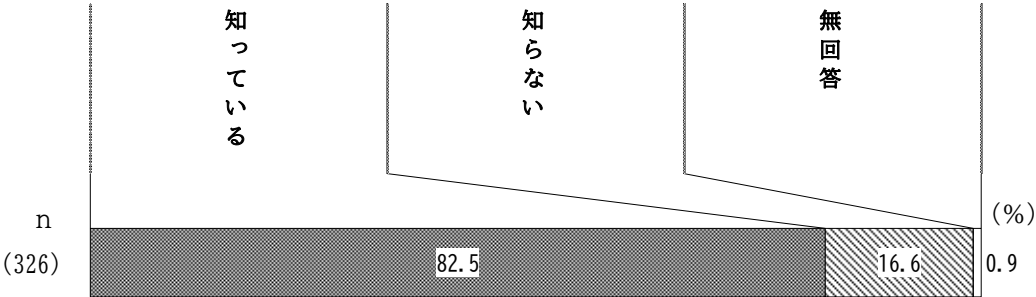
(5) 口腔ケアと誤えん性肺炎の関連性の認知度

(問29で「知っている」と回答した方におたずねします。)

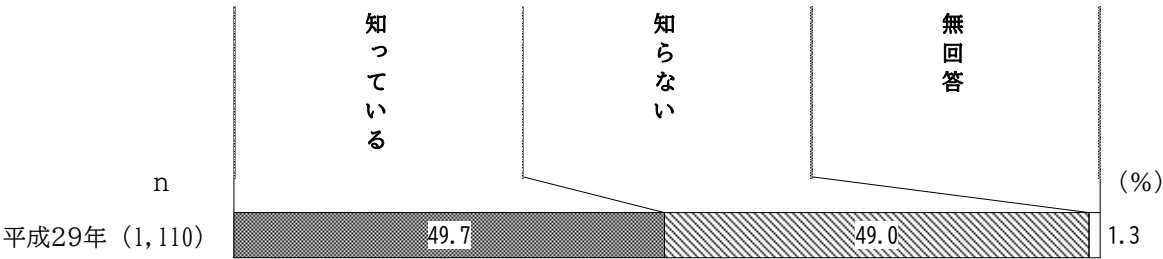
問29－1 オーラルフレイル予防は誤えん性肺炎の予防も目的としています。あなたは歯磨きなどの口腔ケアが誤えん性肺炎を予防することを知っていますか。(○は1つ)

オーラルフレイルの認知度で「知っている」と回答した方に口腔ケアと誤えん性肺炎の関連性の認知度をたずねた。その結果、「知っている」が82.5%、「知らない」が16.6%となっている。

参考までに時系列で比較すると、誤えん性肺炎を知っている人の口腔ケアと誤えん性肺炎予防の関連性の認知度は、「知っている」は平成29年で49.7%となっている。



【参考：経年比較】



※前回調査では、「誤えん性肺炎を知っている」と回答した方が本問に回答しているため、今回調査と前回までの調査の母数の前提が異なるが、参考までに経年比較した。

10. 感染症対策について

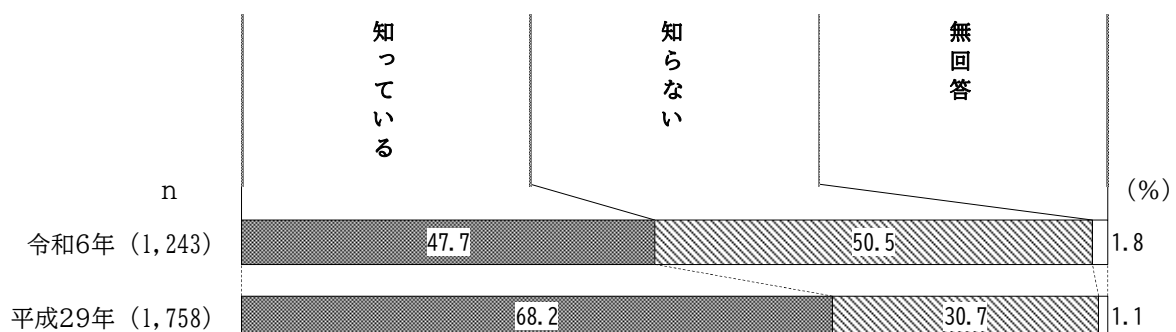
(1) 結核の認知度

問30 あなたは結核について次のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

①症状は2週間以上続く咳、痰、息苦しさ、体重減少などである

「知っている」が47.7%、「知らない」が50.5%となっている。

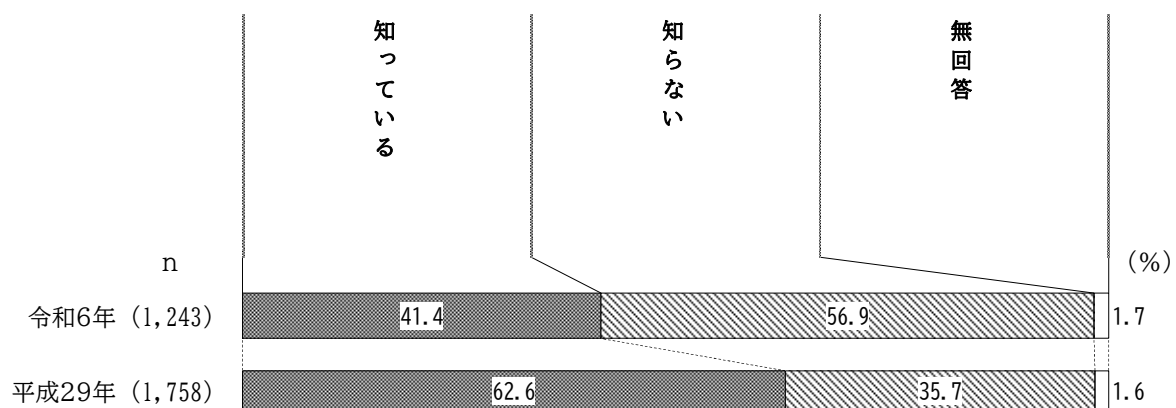
時系列で比較すると、「知っている」(令和6年：47.7% 平成29年：68.2%)が前回調査より20.5ポイント減少している。



②日本では現在も多くの患者が発生している

「知っている」が41.4%、「知らない」が56.9%となっている。

時系列で比較すると、「知っている」(令和6年：41.4% 平成29年：62.6%)が前回調査より21.2ポイント減少している。

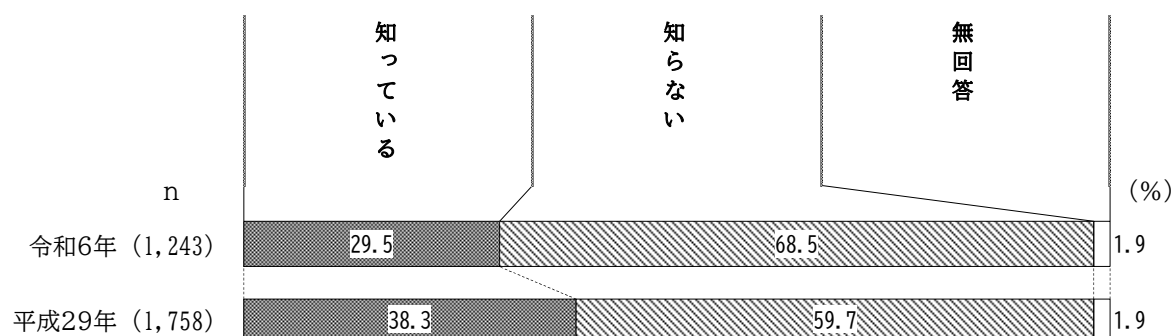


第2部 健康に関するアンケート調査結果

③半年から1年程度薬を飲めば治すことができる

「知っている」が29.5%、「知らない」が68.5%、となっている。

時系列で比較すると、「知っている」（令和6年：29.5% 平成29年：38.3%）が前回調査より8.8ポイント減少している。



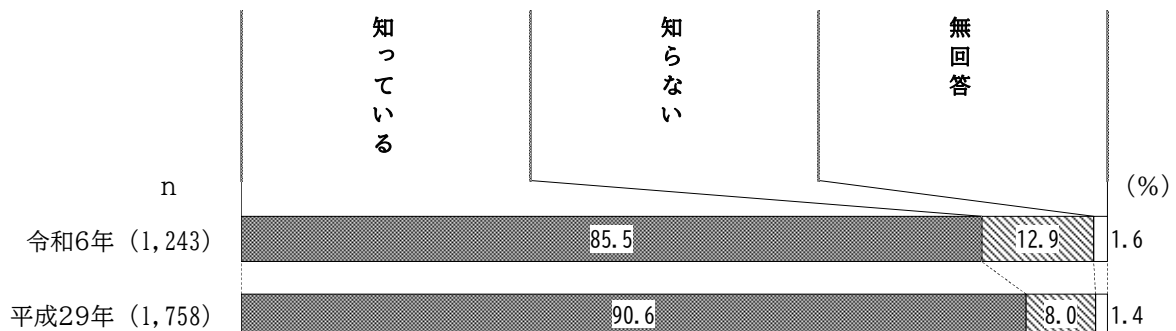
(2) HIV／エイズの認知度

問31 あなたはHIV／エイズについて次のことを知っていますか。(〇はそれぞれ1つずつ)

①血液検査で発見できる

「知っている」が85.5%、「知らない」が12.9%となっている。

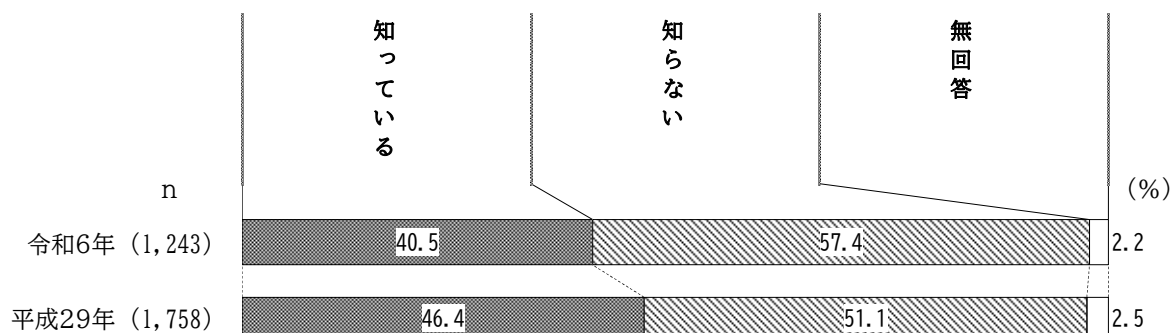
時系列で比較すると、「知っている」(令和6年：85.5% 平成29年：90.6%)が前回調査より5.1ポイント減少している。



②全国の保健所で無料で検査ができる

「知っている」が40.5%、「知らない」が57.4%となっている。

時系列で比較すると、「知っている」(令和6年：40.5% 平成29年：46.4%)が前回調査より5.9ポイント減少している。

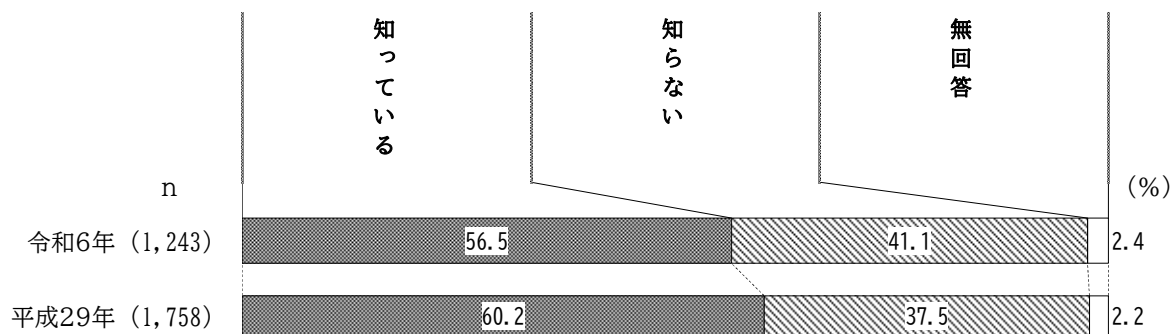


第2部 健康に関するアンケート調査結果

③早期に発見し治療すれば普通の生活ができる

「知っている」が56.5%、「知らない」が41.1%となっている。

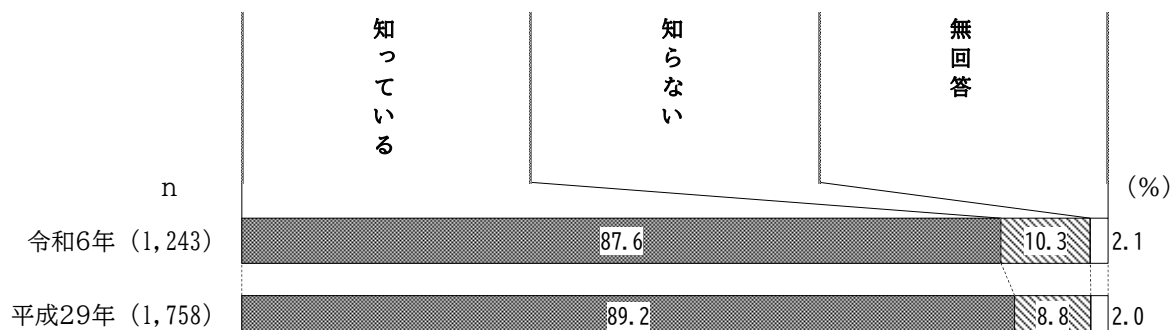
時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



④予防にはコンドームが有効である

「知っている」が87.6%、「知らない」が10.3%となっている。

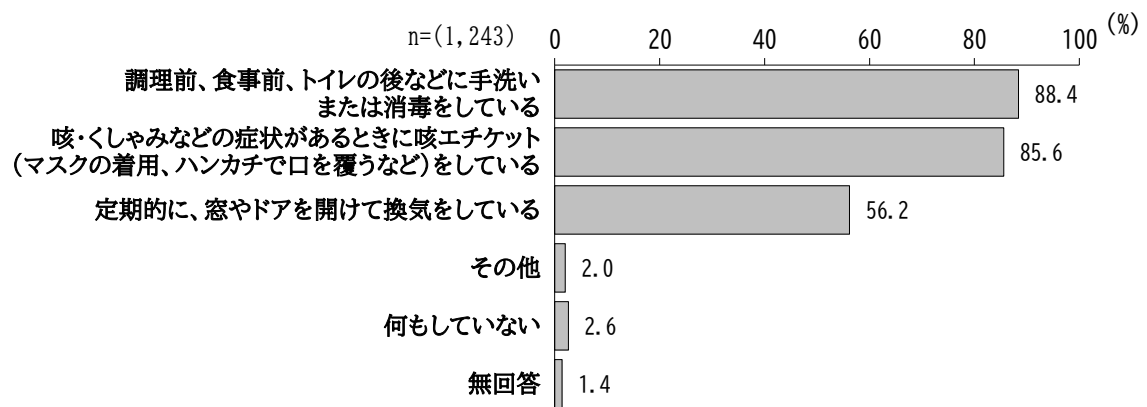
時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



(3) 感染症予防策の実践状況

問32 あなたは感染症の予防のために以下のことを実践していますか。(○はい/△は多少/×はいくつでも)

感染症予防策の実践状況は、「調理前、食事前、トイレの後などに手洗いまたは消毒をしている」が88.4%で最も高く、次いで「咳・くしゃみなどの症状があるときに咳エチケット（マスクの着用、ハンカチで口を覆うなど）をしている」が85.6%、「定期的に、窓やドアを開けて換気をしている」が56.2%となっている。



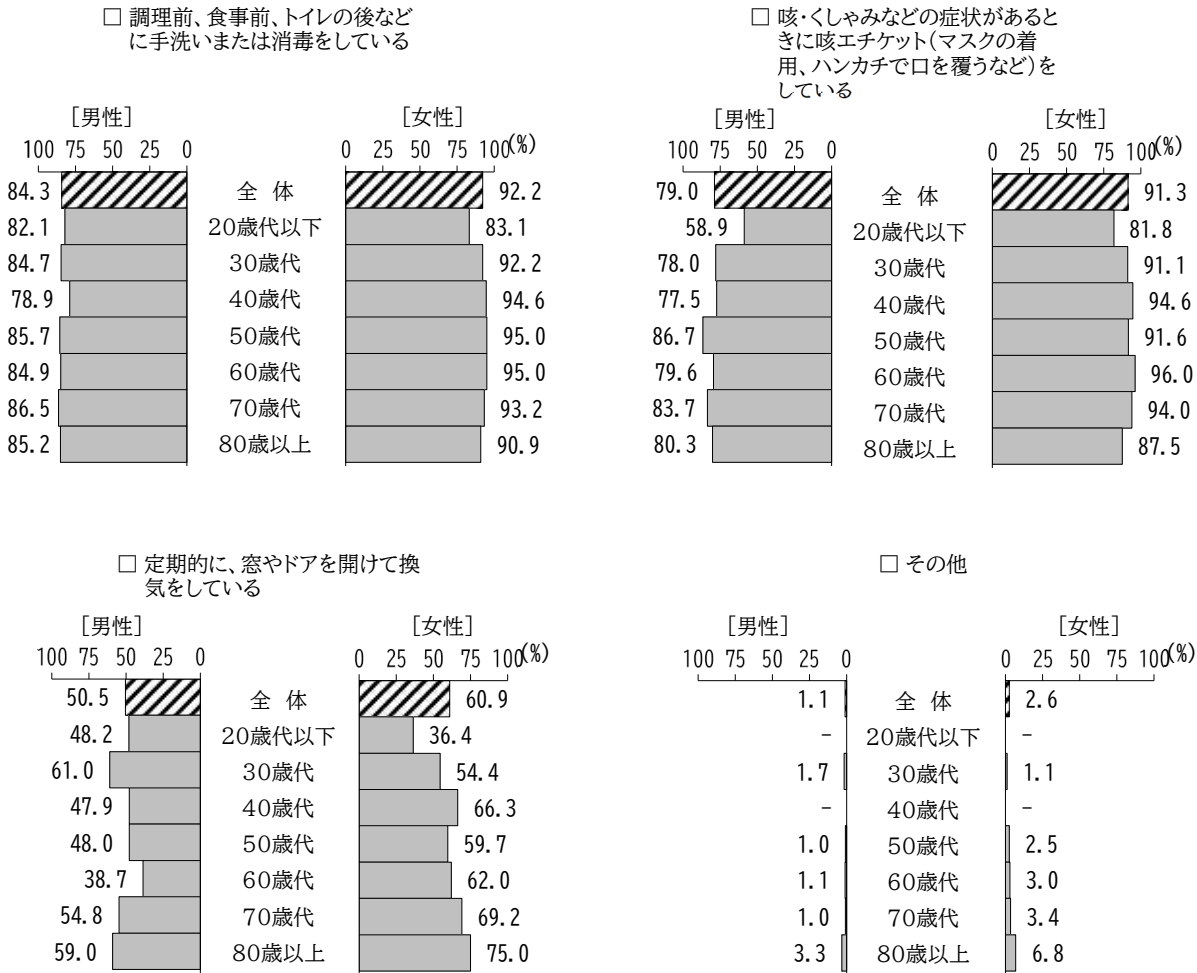
第2部 健康に関するアンケート調査結果

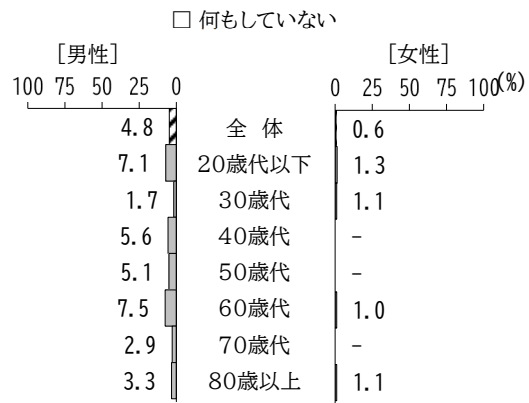
【性別、性／年代別】

性別でみると、いずれも女性が男性を上回っており、「咳・くしゃみなどの症状があるときに咳エチケット（マスクの着用、ハンカチで口を覆うなど）をしている」（男性：79.0% 女性：91.3%）で12.3ポイント、「定期的に、窓やドアを開けて換気をしている」（男性：50.5% 女性：60.9%）で10.4ポイント、それぞれ女性の方が男性より10ポイント以上高くなっている。

性／年代別でみると、「調理前、食事前、トイレの後などに手洗いまたは消毒をしている」は男性では40歳代を除き8割台、女性では20歳代以下を除き9割台となっている。「咳・くしゃみなどの症状があるときに咳エチケット（マスクの着用、ハンカチで口を覆うなど）をしている」は男性では50歳代で86.7%と最も高く、20歳代以下で58.9%と最も低くなっており、女性では20歳代以下と80歳以上を除き9割台となっている。「定期的に、窓やドアを開けて換気をしている」は男性では30歳代で61.0%と最も高く、女性では80歳以上で75.0%と最も高くなっている。

[男性]	全 体	n=(543)	50歳代	n=(98)	[女性]	全 体	n=(690)	50歳代	n=(119)
	20歳代以下	n=(56)	60歳代	n=(93)		20歳代以下	n=(77)	60歳代	n=(100)
	30歳代	n=(59)	70歳代	n=(104)		30歳代	n=(90)	70歳代	n=(117)
	40歳代	n=(71)	80歳以上	n=(61)		40歳代	n=(92)	80歳以上	n=(88)





11. 地域医療について

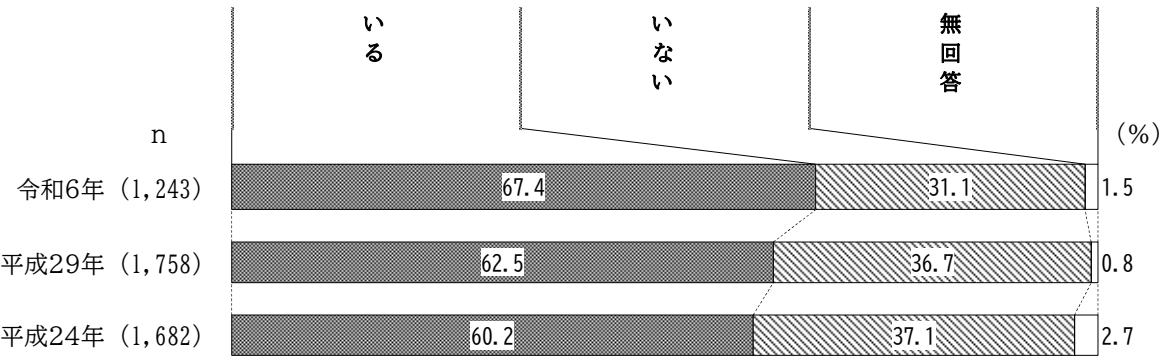
(1) かかりつけ医の有無

問33 以下について、お答えください。(〇はそれぞれ1つずつ)

①かかりつけ医

かかりつけ医は、「いる」が67.4%、「いない」が31.1%となっている。

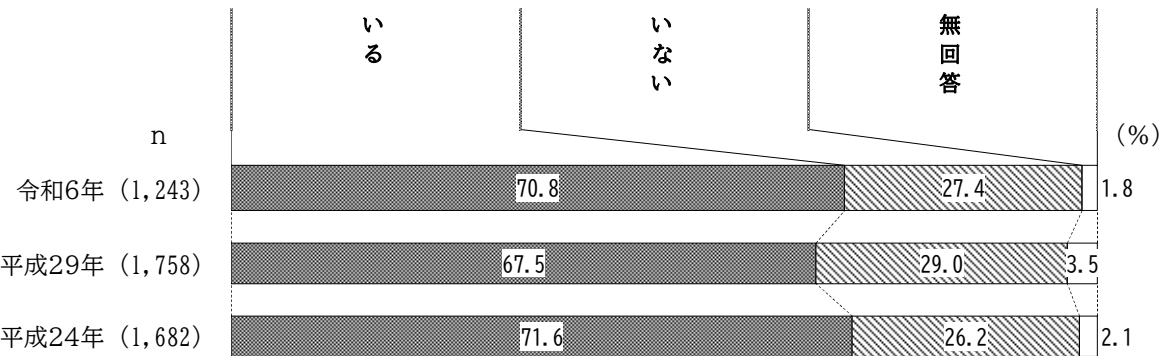
時系列で比較すると、「いる」(令和6年：67.4% 平成29年：62.5% 平成24年：60.2%)が前回調査より4.9ポイント、前々回調査より7.2ポイント増加している。



②かかりつけ歯科医

かかりつけ歯科医は、「いる」が70.8%、「いない」が27.4%となっている。

時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。

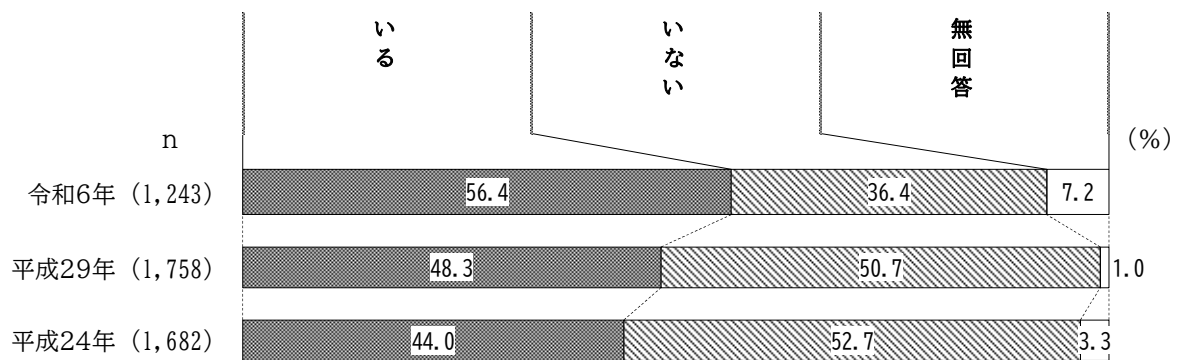


※今回調査より、選択肢「決めている」は「いる」、「決めていない」は「いない」と表記を変更している。

③かかりつけ薬局

かかりつけ薬局は、「いる」が56.4%、「いない」が36.4%となっている。

時系列で比較すると、「いる」（令和6年：56.4% 平成29年：48.3% 平成24年：44.0%）が前回調査より8.1ポイント、前々回調査より12.4ポイント増加している。



※今回調査より、選択肢「決めている」は「いる」、「決めていない」は「いない」と表記を変更している。

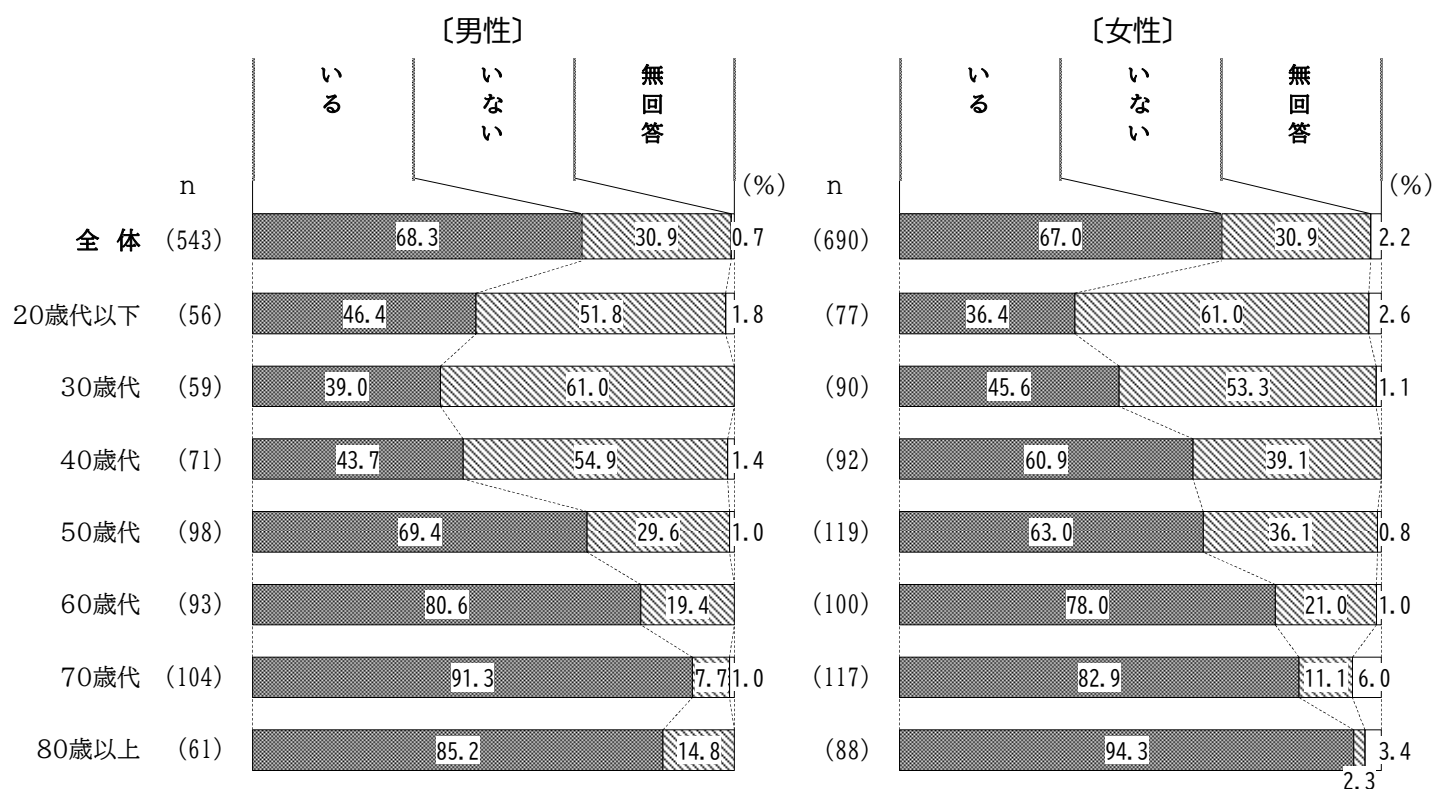
【性別、性／年代別】

① かかりつけ医

性別でみると、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、男性では、「いる」は50歳以上で高く、70歳代で91.3%、80歳以上で85.2%となっている。一方、「いない」は30歳代で61.0%と最も高く、20歳代と40歳代でも5割台となっている。

女性では、「いる」は年代が上がるほど高くなり、80歳以上で94.3%と最も高くなっている。一方、「いない」は20歳代以下で61.0%と最も高く、年代が上がるほど低くなっている。

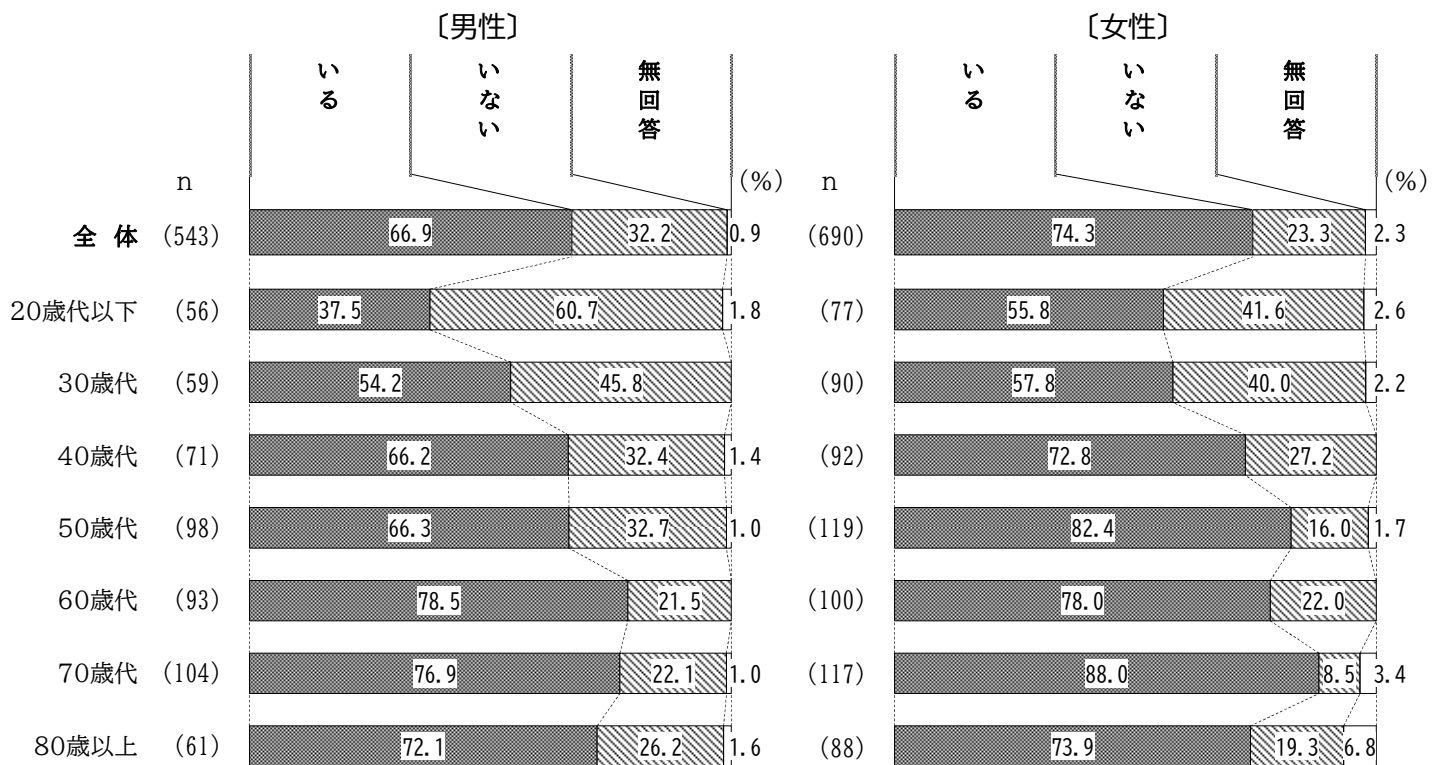


② かかりつけ歯科医

性別で、「いる」(男性：66.9% 女性：74.3%)は、女性の方が男性よりも7.4ポイント高くなっている。一方、「いない」(男性：32.2% 女性：23.3%)は、男性の方が女性より8.9ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、男性では、「いる」は60歳代で78.5%と最も高く、次いで70歳代で76.9%と並んでいる。一方、「いない」は20歳代以下で60.7%と最も高くなっている。

女性では、「いる」は70歳代で88.0%と最も高く、一方、「いない」は20歳代以下で41.6%、30歳代で40.0%と高くなっている。

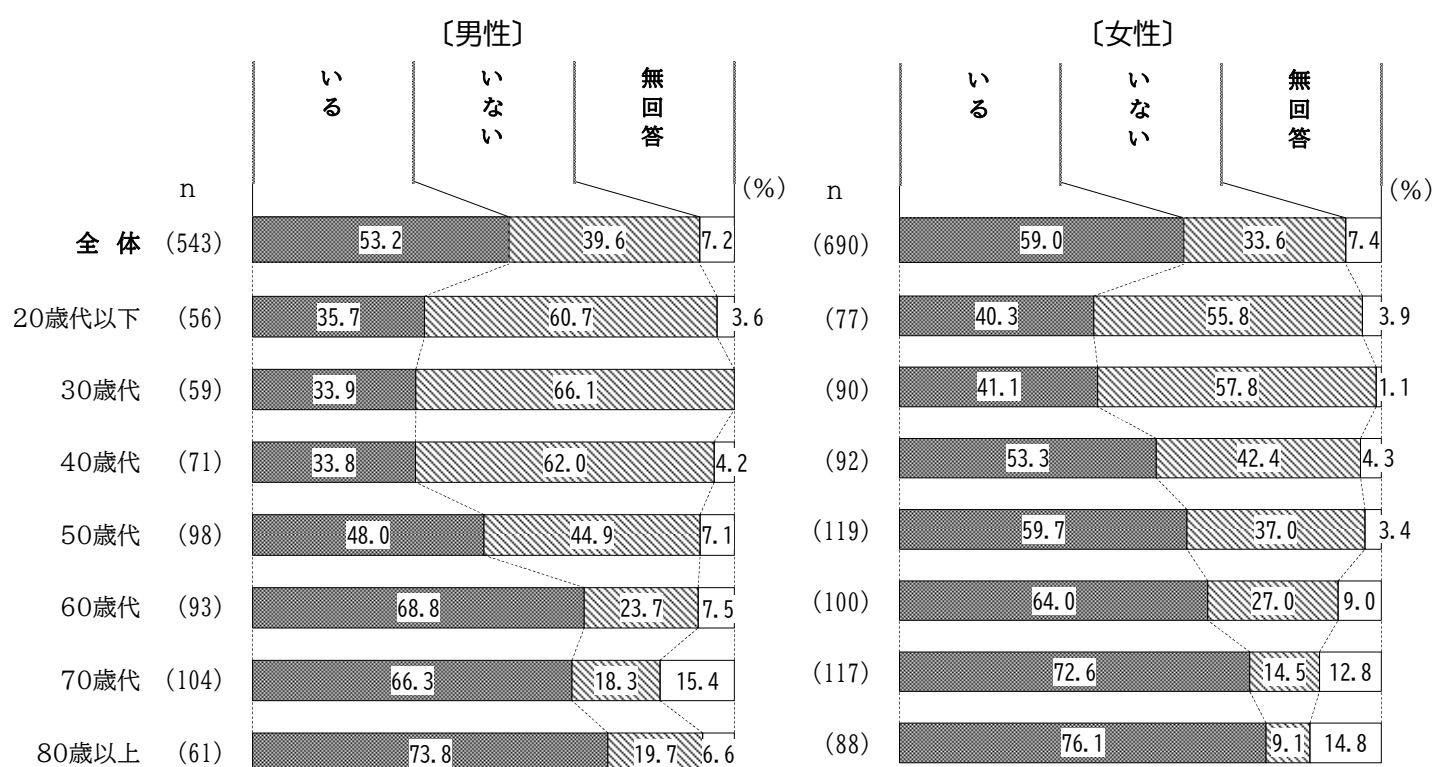


③ かかりつけ薬局

性別でみると、「いる」（男性：53.2% 女性：59.0%）は、女性の方が男性よりも5.8ポイント高くなっている。一方、「いない」（男性：39.6% 女性：33.6%）は、男性の方が女性より6.0ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、男性では、「いる」は60歳以上で高く、80歳以上で73.8%、60歳代で68.8%となっている。一方、「いない」は30歳代で66.1%と最も高く、20歳代と40歳代でも6割台となっている。

女性では、「いる」は年代が上がるほど高くなり、80歳以上で76.1%と最も高くなっている。一方、「いない」は30歳代で57.8%と最も高く、20歳代以下で55.8%と並んでいる。



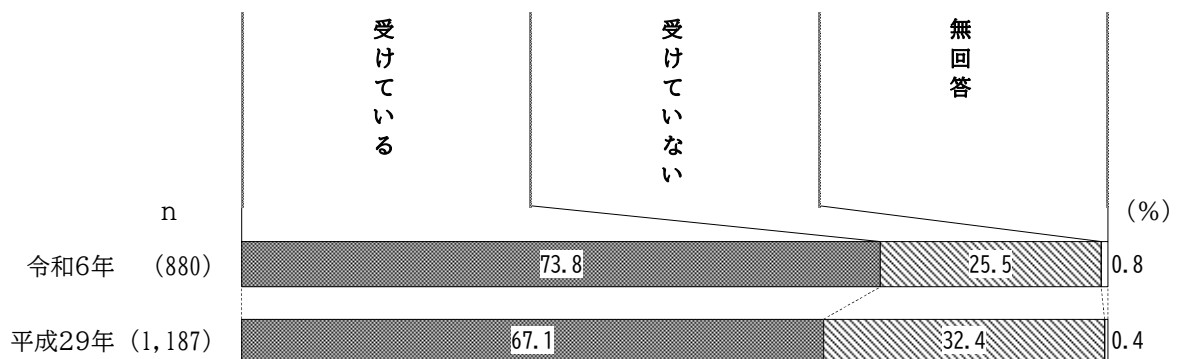
(2) かかりつけ歯科医での定期検診状況

(問33の②かかりつけ歯科医で「いる」と回答した方におたずねします。)

問33-1 かかりつけ歯科医で、年1回以上の定期検診を受けていますか。(○は1つ)

かかりつけ歯科医の有無で「いる」と回答した方にかかりつけ歯科医での定期検診状況をたずねた。その結果、「受けている」が73.8%、「受けていない」が25.5%となっている。

時系列で比較すると、「受けている」(令和6年：73.8% 平成29年：67.1%)が前回調査より6.7ポイント増加している。



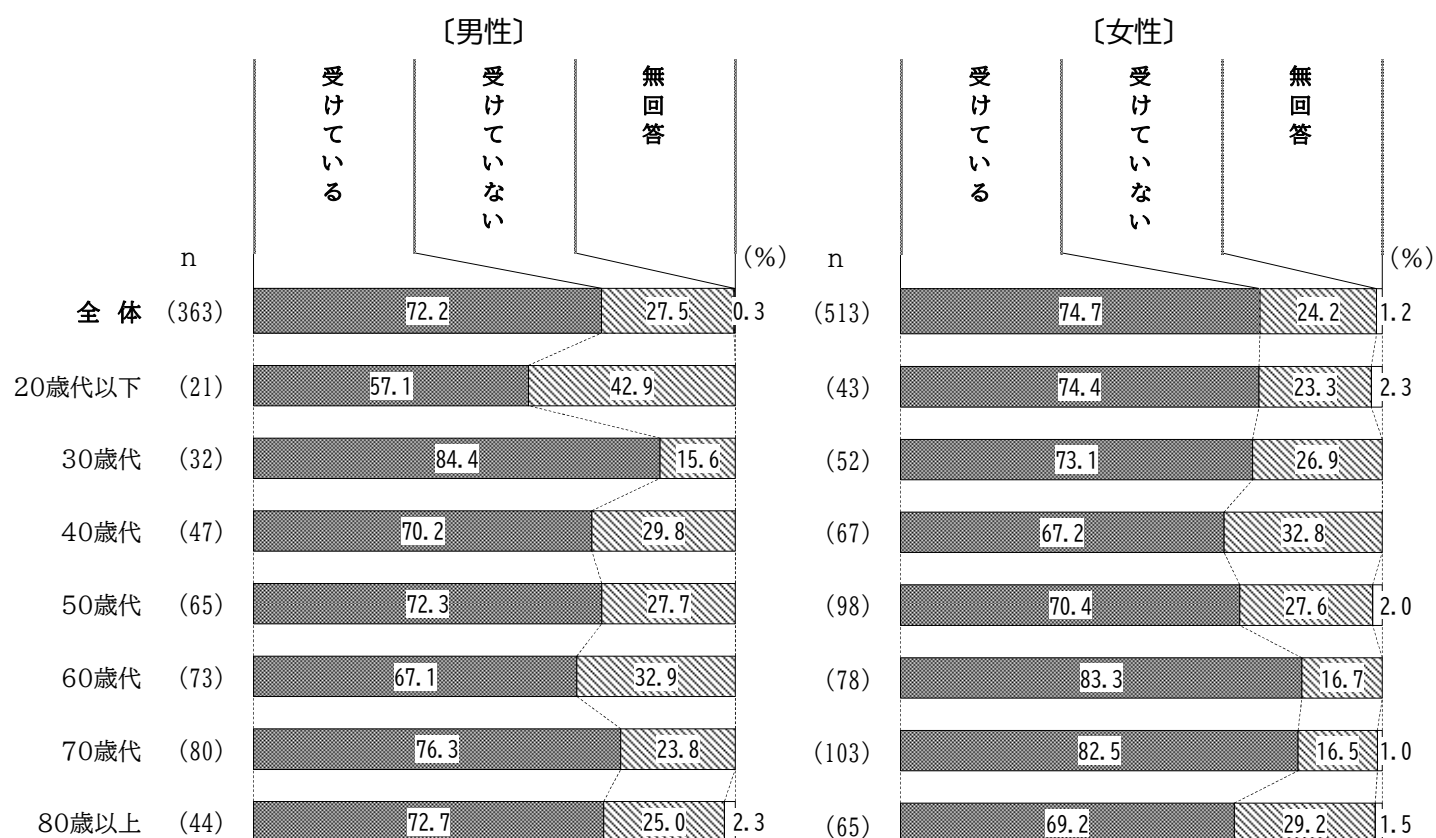
第2部 健康に関するアンケート調査結果

【性別、性／年代別】

性別でみると、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、男性では、「受けている」は30歳代で84.4%と最も高く、次いで70歳代で76.3%となっている。

女性では、「受けている」は60歳代で83.3%と最も高く、70歳代で82.5%と並んでいる。

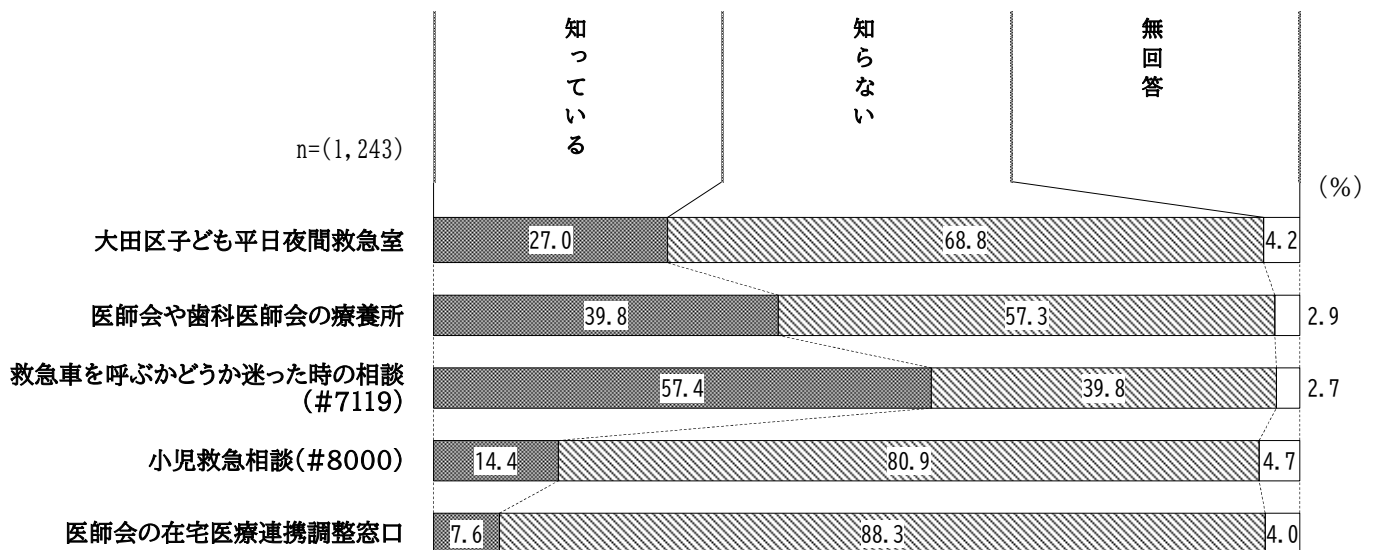


(3) 休日診療や相談事業の認知度

問34 大田区や東京都では、夜間や休日に病気や歯痛になった時に休日診療や相談などの事業を実施しています。あなたは次のことについて知っていますか。

(○はそれぞれ1つずつ)

休日診療や相談事業の認知度で「知っている」は、“救急車を呼ぶかどうか迷った時の相談(#7119)”が57.4%、“医師会や歯科医師会の療養所”が39.8%、“大田区子ども平日夜間救急室”が27.0%、“小児救急相談(#8000)”が14.4%、“医師会の在宅医療連携調整窓口”が7.6%となっている。一方、「知らない」は“救急車を呼ぶかどうか迷った時の相談(#7119)”を除くすべての項目で過半数を占めている。

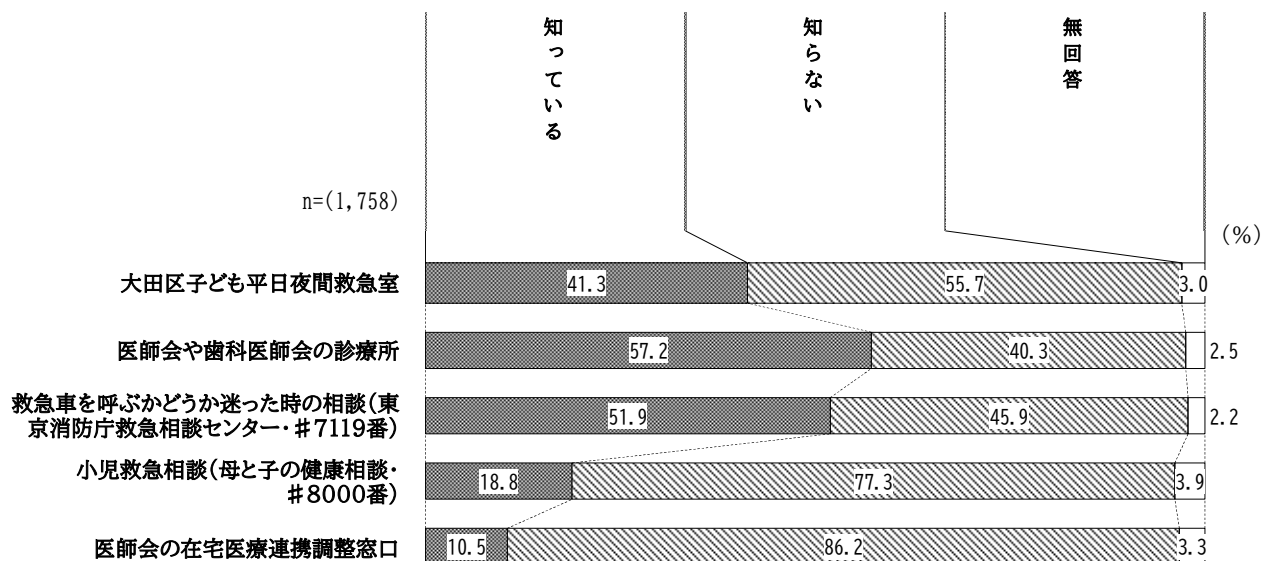


第2部 健康に関するアンケート調査結果

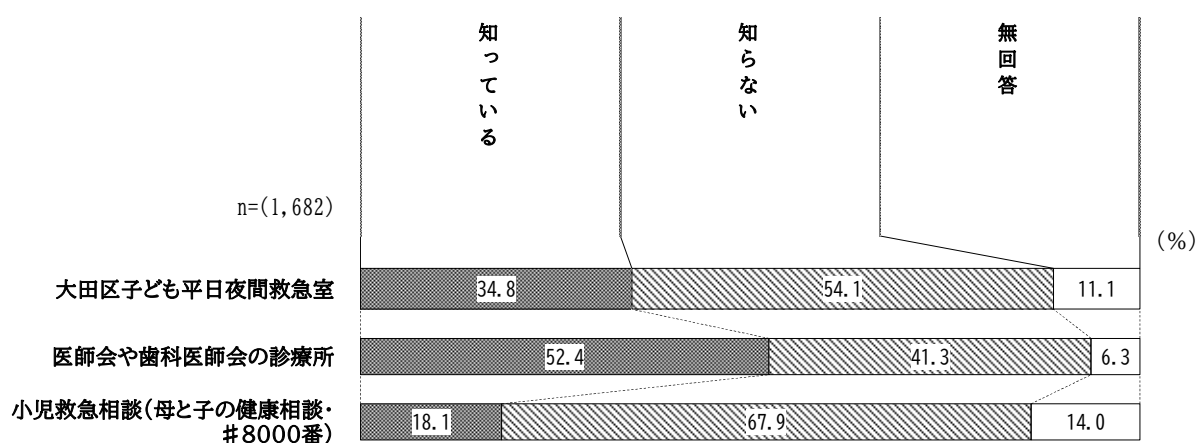
【参考：経年比較】

参考までに時系列で比較すると、「知っている」が“大田区子ども平日夜間救急室”（令和6年：27.0% 平成29年：41.3% 平成24年：34.8%）、“医師会や歯科医師会の療養所”（令和6年：39.8% 平成29年：57.2% 平成24年：52.4%）で前回調査より10ポイント以上減少している。一方、“救急車を呼ぶかどうか迷った時の相談（#7119）”で「知っている」（令和6年：57.4% 平成29年：51.9%）が前回調査から5.5ポイント増加している。

○平成29年



○平成24年



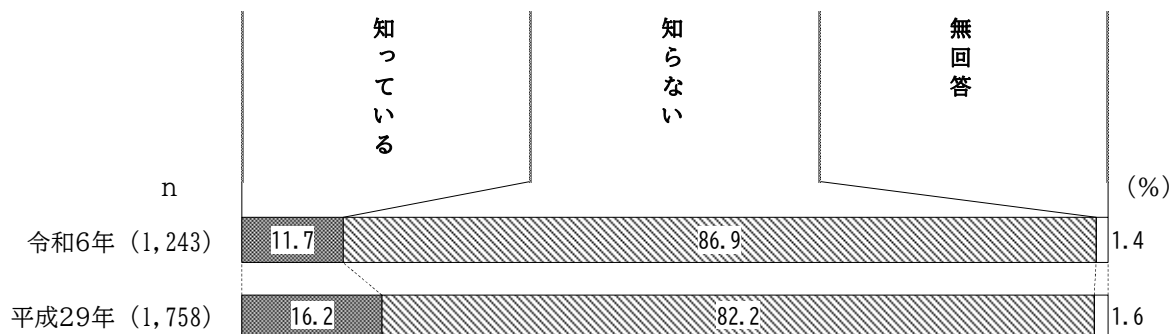
※前回調査より、『救急車を呼ぶかどうか迷った時の相談（#7119）』、『医師会の在宅医療連携調整窓口』が追加された。
 ※今回調査より、『小児救急相談（母と子の健康相談・#8000番）』は『小児救急相談（#8000番）』と表記が変更された。

(4) 緊急医療救護所の認知度

問35 「緊急医療救護所」は、地震など大規模災害時に、病院の門前などで負傷者の治療の優先度をつけたり、軽症者の治療を行うために設置されます。あなたは緊急医療救護所を知っていますか。(〇は1つ)

緊急医療救護所の認知度は、「知っている」が11.7%、「知らない」が86.9%となっている。

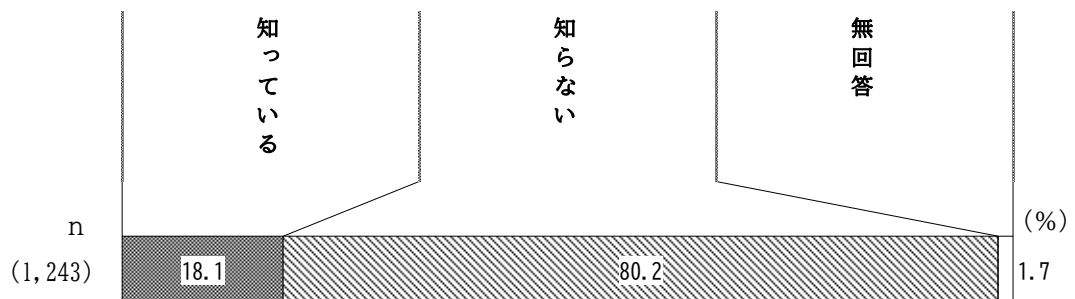
時系列で比較すると、特に大きな違いはみられない。



(5) 在宅医療の制度や仕組みの認知状況

問36 あなたは在宅医療の制度や仕組みについて知っていますか。(〇は1つ)

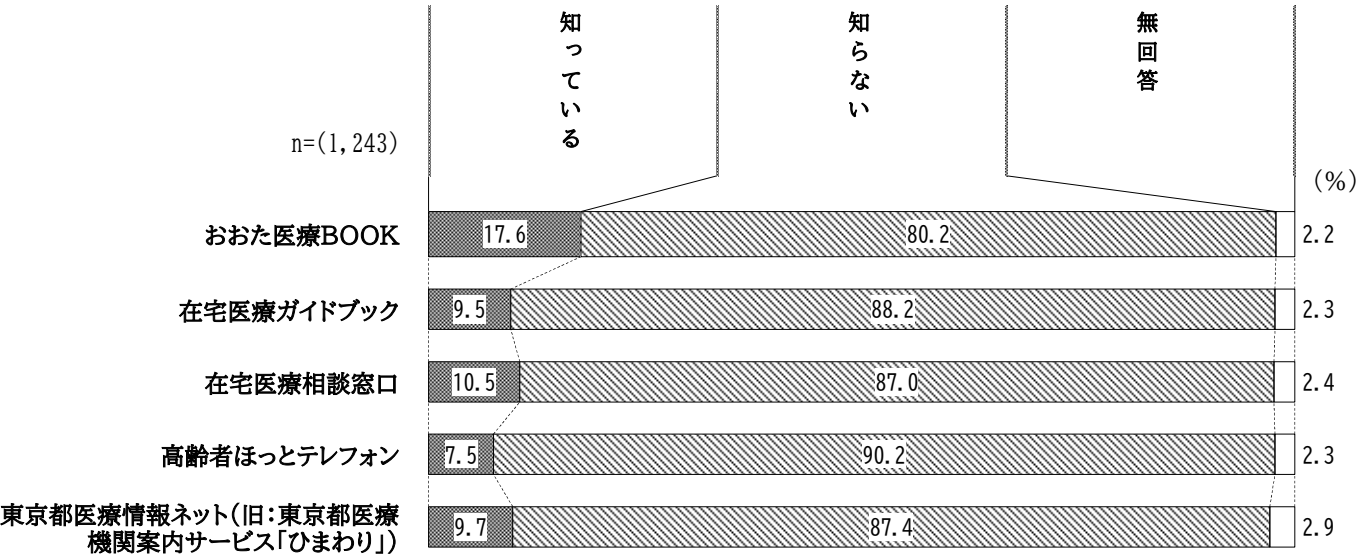
在宅医療制度やしくみの認知度は、「知っている」が18.1%、「知らない」が80.2%となっている。



(6) サービスや情報誌の認知状況

問37 大田区や東京都では、区民の誰もが身近な環境で診療や健康相談ができるよう、医療機関・相談窓口等に関する情報提供を実施しています。あなたは、以下のサービスや情報誌等について知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

サービスや情報誌の認知状況で「知っている」は、“おおた医療BOOK”が17.6%、“在宅医療相談窓口”が10.5%、“東京都医療情報ネット(旧：東京都医療機関案内サービス「ひまわり」)”が9.7%、“在宅医療ガイドブック”が9.5%、“高齢者ほっとテレフォン”が7.5%となっている。一方、「知らない」はすべての項目で8割以上を占めている。



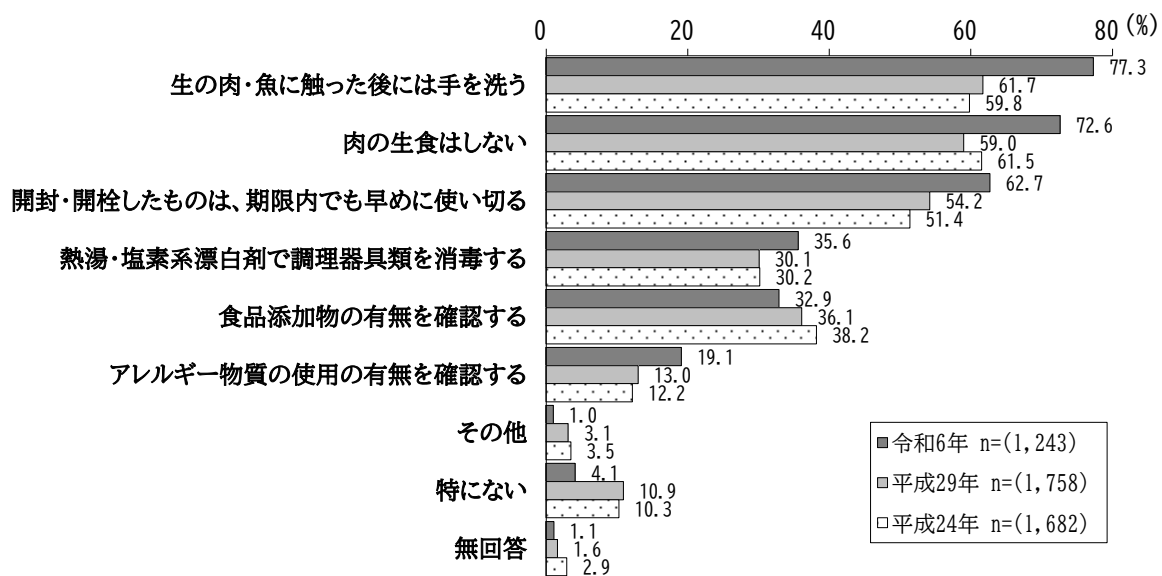
12. 生活衛生対策について

(1) 食品衛生の注意点

問38 食品衛生で注意していることはありますか。(〇はいくつでも)

食品衛生の注意点は、「生の肉・魚に触った後には手を洗う」が77.3%で最も高く、次いで「肉の生食はしない」が72.6%、「開封・開栓したものは、期限内でも早めに使い切る」が62.7%となっている。

時系列で比較すると、「生の肉・魚に触った後には手を洗う」(令和6年：77.3% 平成29年：61.7% 平成24年：59.8%)が前回調査より15.6ポイント、前々回調査より17.5ポイント、「肉の生食はしない」(令和6年：72.6% 平成29年：59.0% 平成24年：61.5%)が前回調査より13.6ポイント、前々回調査より11.1ポイント、「開封・開栓したものは、期限内でも早めに使い切る」(令和6年：62.7% 平成29年：54.2% 平成24年：51.4%)が前回調査より8.5ポイント、前々回調査より11.3ポイント増加している。



13. 自由記述

(1) 心身ともに穏やかな人生100年を送るために大切なこと（F A）

問39 心身ともに健やかな人生100年時代を送るためには、何が大切だと思いますか。ご自由にご記入ください。

ご意見を自由に記入していただいたところ、882名の方から延べ1,814件の貴重な回答が寄せられた。

ここでは、意見や要望を分類し、その内容別で記載した。一人の回答が複数の内容にわたる場合には、複数回答として、原文の内容の趣旨を損なわないよう回答を分け、それぞれの内容へ数えている。

■メンタル	251
ストレスをためない	149
前向きでいる・興味を持つ・楽しむ	41
細かいことを気にしない・考えすぎない	15
心の余裕を持つ	14
積極的に自分で動くこと	14
怒らない・穏やかでな気持ちでいる	9
気分転換	2
日々感謝の気持ちを持つ	2
その他	5
■健康意識	247
健康	54
健康維持への心がけ	50
定期健診受診	45
心の健康	40
早期受診・早期治療	15
歯や口の健康	11
頭を使う	11
健康寿命の延伸	7
お酒を控える・飲まない	7
医療や薬に頼らない	3
胃腸の調子を整える	2
呼吸・姿勢を整える	2
■生活習慣・行動	238
楽しみや趣味・生きがい・目的を持つ	83
規則正しい生活・早寝早起き	42

笑顔・笑うこと	24
無理をしない	18
情報リテラシー	16
衣食住が整っていること・安定した生活	11
良い生活習慣を意識する	9
リラックス・自分の時間を持つ	9
好きなことをする・我慢しない	7
引きこもらない・外出する	6
日常生活の積み重ね	5
人に負担をかけない	3
その他	5
■食事	237
食事内容・栄養バランスに気をつかう	104
よく食べる・食事習慣	94
規則正しく食べる	13
食べ過ぎない・暴飲暴食しない	10
添加物・加工食品・サプリメント等を避ける	8
美味しいものを食べる	3
たんぱく質を多めにとる	3
塩分・糖分をとりすぎない	2
■人との関わり	201
人とのつながり・コミュニケーション	96
友人・仲間	27
家族	19
地域と関わりを持つ・地域活動	13
人の悪口を言わない・思いやり・助け合い	12
話し相手・相談相手がいること	11
社会とのつながり・コミュニティを持つ	10
社会から必要とされる	6
人と関わらない	4
孤独にならないこと	3
■運動	109
適度な運動	156
運動習慣	39
ウォーキング、足腰を鍛える	32
筋肉をつける、筋力トレーニング	14
体力づくり	12
■経済面	109

第2部 健康に関するアンケート調査結果

金銭的余裕・お金の不安がない状態	97
安定した収入	12
■行政・社会に求めるもの	108
地域福祉・医療等行政サポートの充実	32
100年生きることの難しさ・不安	14
経済的サポート	13
相談機関・体制の充実	9
老後不安のない社会	6
年金の充実・支給額見直し	6
区施設の充実・利用しやすさ	5
減税	5
政治経済の安定・平和	5
運動の機会や食事の支援	4
物価の安定	4
格差のない社会、多様性の理解・受容	3
交通の利便性	2
■睡眠・休養	84
睡眠	68
睡眠の質	10
休養	6
■労働関係	40
働くこと	17
労働時間や量の制限	9
ワーク・ライフ・バランス	6
労働環境の改善・多様な働き方の導入	5
賃金アップ	3
■環境	18
自然環境保護	7
住環境・生活環境	6
安全・安心な環境	5
■医療	18
医療の充実	9
健診・医療が受診しやすい環境	6
予防医療の充実	3
■その他	10

(2) 健康に関する意見 (F A)

問40 その他、健康に関することで区に対するご意見がございましたら、ご記入ください。

ご意見を自由に記入していただいたところ、300名の方から延べ341件の貴重な回答が寄せられた。

ここでは、意見や要望を分類し、その内容別で記載した。一人の回答が複数の内容にわたる場合には、複数回答として、原文の内容の趣旨を損なわないよう回答を分け、それぞれの内容へ数えている。

■区の健診・検診	
健診・検診の費用について	16
健診・検診項目や内容について	12
健診・検診の予約について	8
健診・検診の受診条件（年齢、人数等）を見直し	8
健診・検診実施回数について	5
健診等を実施する医療機関について	3
健診等の案内・申請手続きについて	2
その他	4
■区の実施について	95
情報提供・周知について	58
相談場所・問合せについて	13
イベント、講演会等の企画	13
区の実施・対応について	11
■健康づくり支援	49
公共の運動施設について	29
自主的に健康管理・健康でいられる努力をしたい	11
若年層・働く世代向けの健康支援について	5
その他	4
■医療・保健	39
医療費等について	18
医療機関等の充実	7
病院の混雑緩和	5
かかりつけ医について	4
マイナ保険証について	3
病院で処方される薬についての疑問	2
■福祉施策	30
見守り支援について	7

第2部 健康に関するアンケート調査結果

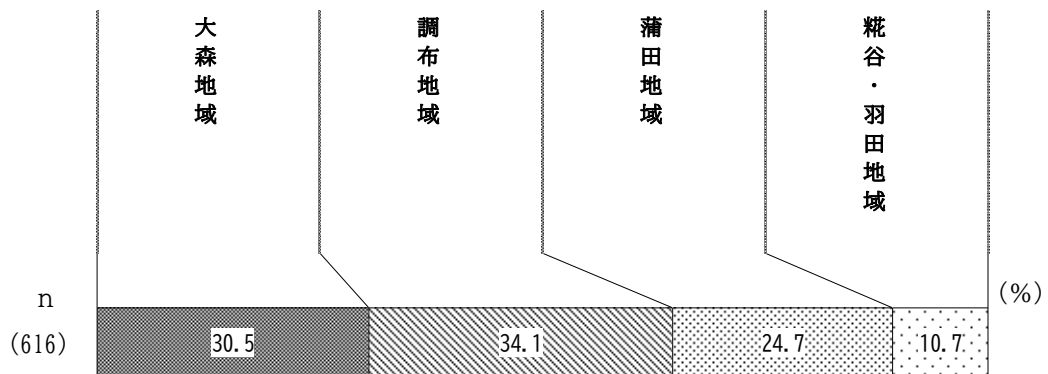
地域の集いの場・つながりの整備	6
介護保険料について	5
高齢者への経済的支援	5
高齢者施設の充実、介護について	4
経済的支援	2
その他	1
■環境・まちづくり	23
受動喫煙・路上喫煙について	13
喫煙所の環境整備	2
公衆衛生について	2
その他	6
■アンケート	19
回答することにより窓口を知った	13
アンケートの改善点	4
その他	2
■予防接種	8
ワクチン接種の費用について	3
HPVワクチンについて	2
その他	3
■食品と食生活	6
食の安全について	4
食品価格の高騰対策を希望	2
■その他	14

第3部 健康に関するアンケート調査結果 (小学6年生)

1. あなた自身について

（1）地域

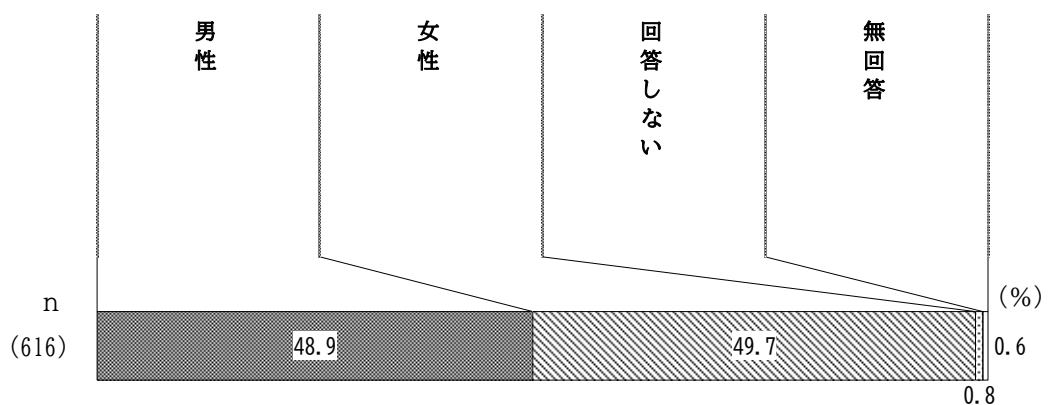
回答者の地域は、「大森地域」が30.5%、「調布地域」が34.1%、「蒲田地域」が24.7%、「糀谷・羽田地域」が10.7%となっている。



（2）性別

基本情報1 あなたの性別に○をつけてください。（○は1つ）

回答者の性別は、「男性」が48.9%、「女性」が49.7%となっている。



(3) 身長・体重（BMI）

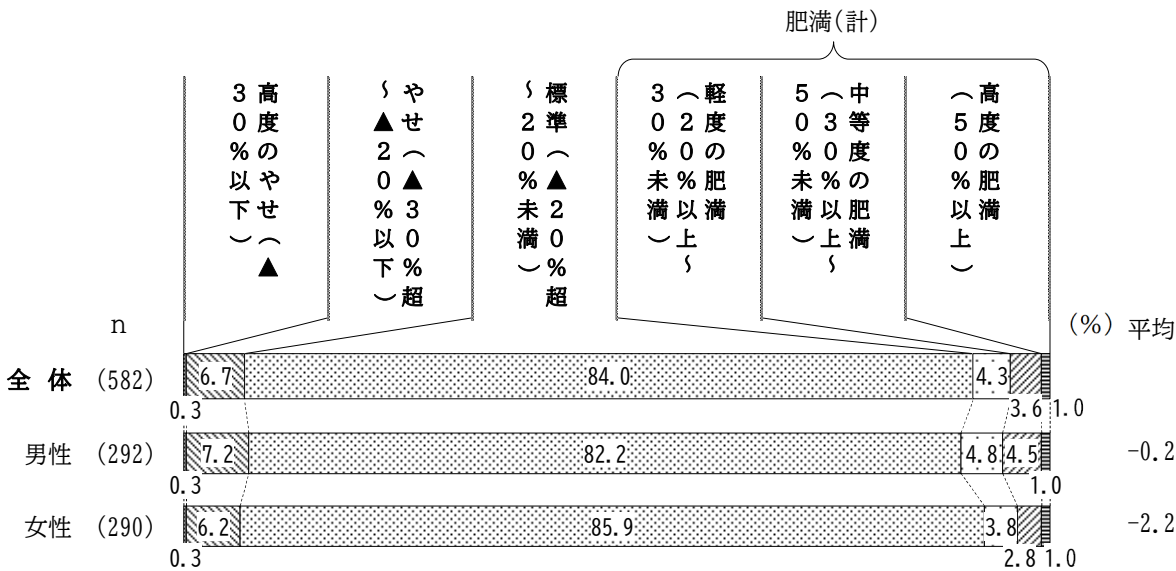
基本情報2 あなたの身長、体重を分かる範囲で記入してください。

※身長・体重については、肥満度を求めるものなので、ここに表記していない。

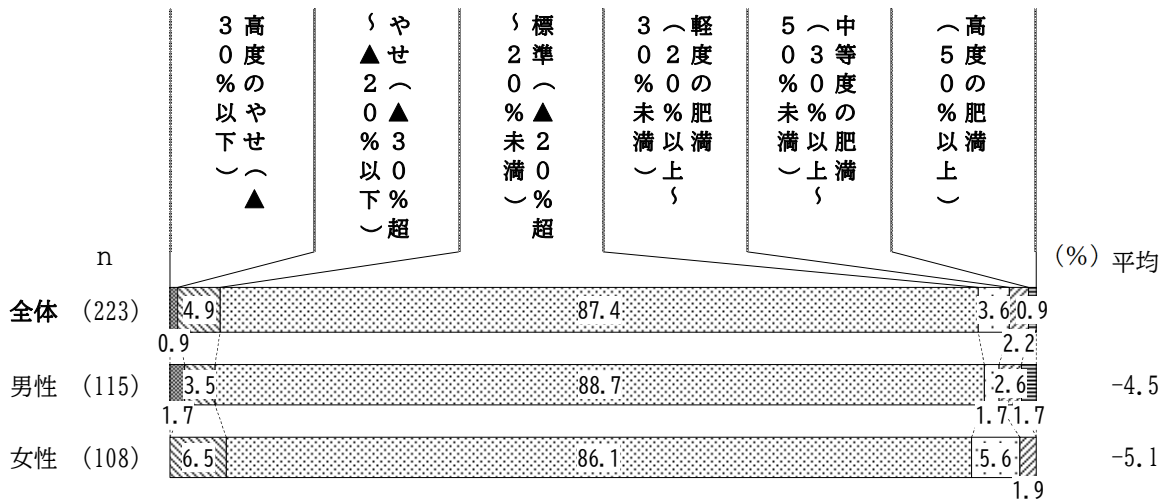
■ 肥満度

身長と体重の結果をもとに肥満度を算出した結果、構成比は、「標準（▲20%超～20%未満）」が84.0%で最も高くなっている。「軽度の肥満（20%以上～30%未満）」が4.3%、「中等度の肥満（30%以上～50%未満）」が3.6%、「高度の肥満（50%以上）」（1.0%）までを合わせて、≪肥満（計）≫は8.9%である。

性別でみると、男性の平均は肥満度▲0.2%、女性の平均は肥満度▲2.2%である。
肥満度を測る1つの指標として構成比について特に大きな違いはみられない。



【参考：平成29年 中学1年生の食生活の実態調査（大田区）】



（参考）「児童生徒の健康診断マニュアル（改訂版）」における肥満度の算定方法

肥満度(過体重度)(%) = (実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)) / 身長別標準体重(kg) × 100

○ 肥満度が、20%以上であれば「肥満」傾向とし、20%以上30%未満を「軽度」、30%以上50%未満を「中等度」、50%以上を「高度」の肥満と判定する。

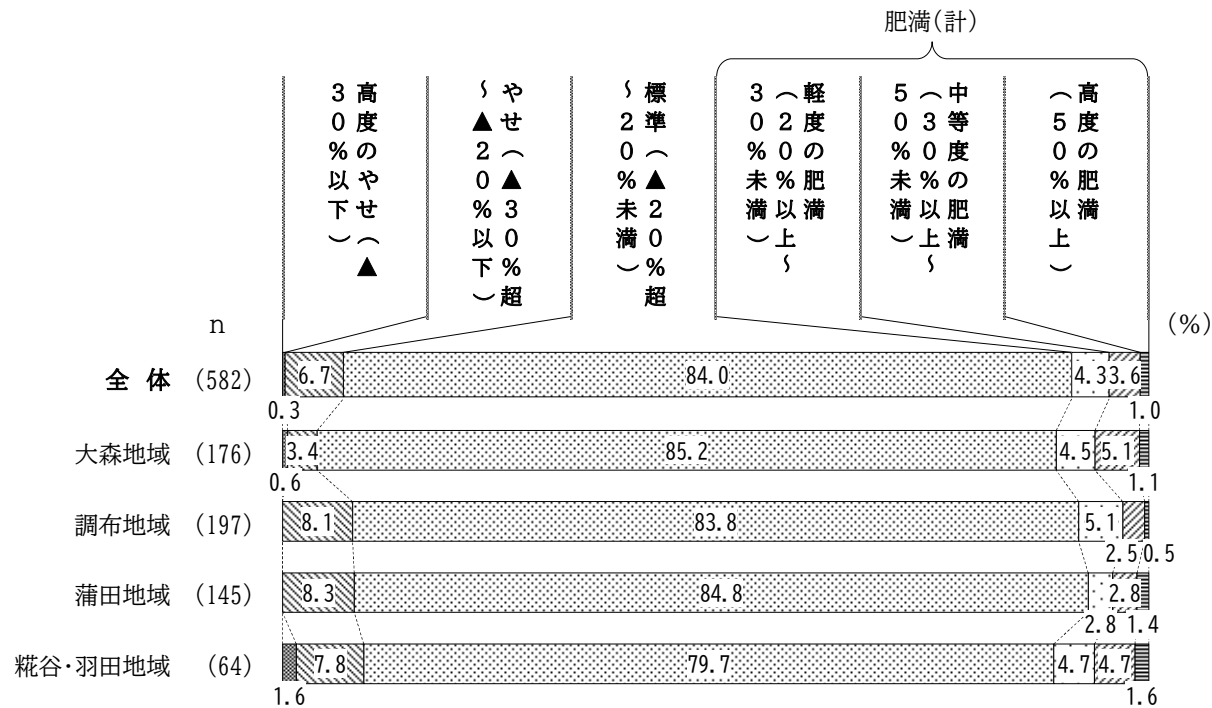
○ 身長別標準体重を求める計算式：身長別標準体重(kg) = a × 実測身長(cm) - b

年齢 (歳)	男子の係数		年齢 (歳)	女子の係数	
	a	b		a	b
5	0.386	23.699	5	0.377	22.750
6	0.461	32.382	6	0.458	32.079
7	0.513	38.878	7	0.508	38.367
8	0.592	48.804	8	0.561	45.006
9	0.687	61.390	9	0.652	56.992
10	0.752	70.461	10	0.730	68.091
11	0.782	75.106	11	0.803	78.846
12	0.783	75.642	12	0.796	76.934
13	0.815	81.348	13	0.655	54.234
14	0.832	83.695	14	0.594	43.264
15	0.766	70.989	15	0.560	37.002
16	0.656	51.822	16	0.578	39.057
17	0.672	53.642	17	0.598	42.339

第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

【地域別】

地域別でみると、「標準（▲20%超～20%未満）」は大森地域（85.2%）、蒲田地域（84.8%）、調布地域（83.8%）が8割台となっている。≪肥満（計）≫は糀谷・羽田地域で11.0%と最も高く、蒲田地域で7.0%と最も低くなっている。



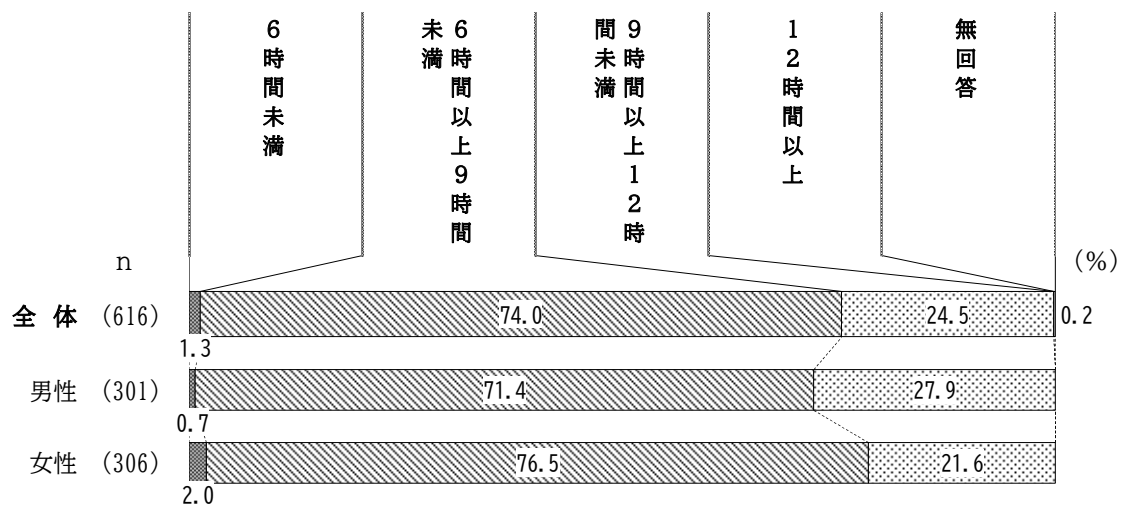
2. 日頃の生活について

（1）1日の平均睡眠時間

問1 1日の睡眠時間（平日）はどのくらいですか。（○は1つ）

1日の平均睡眠時間は、「6時間以上9時間未満」が74.0%で最も高く、次いで「9時間以上12時間未満」が24.5%、「6時間未満」が1.3%となっている。「12時間以上」は回答者がいなかった。

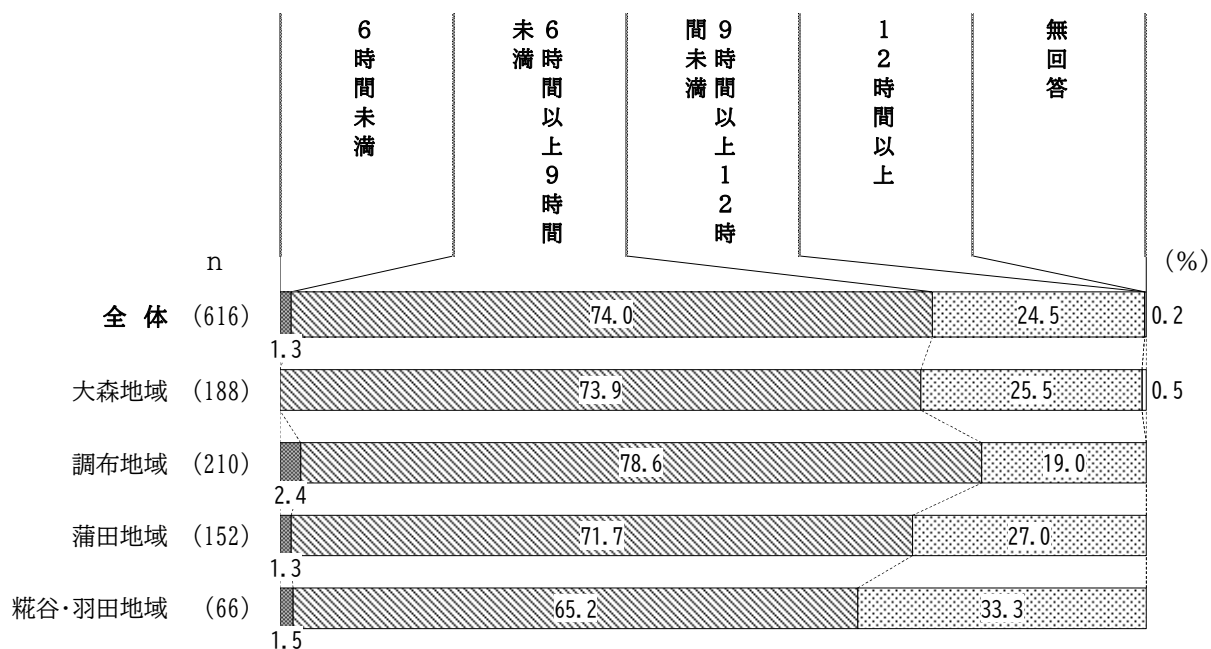
性別でみると、「6時間以上9時間未満」（男性：71.4% 女性：76.5%）は、女性の方が男性よりも5.1ポイント高くなっている。「9時間以上12時間未満」（男性：27.9% 女性：21.6%）は、男性の方が女性よりも6.3ポイント高くなっている。



第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

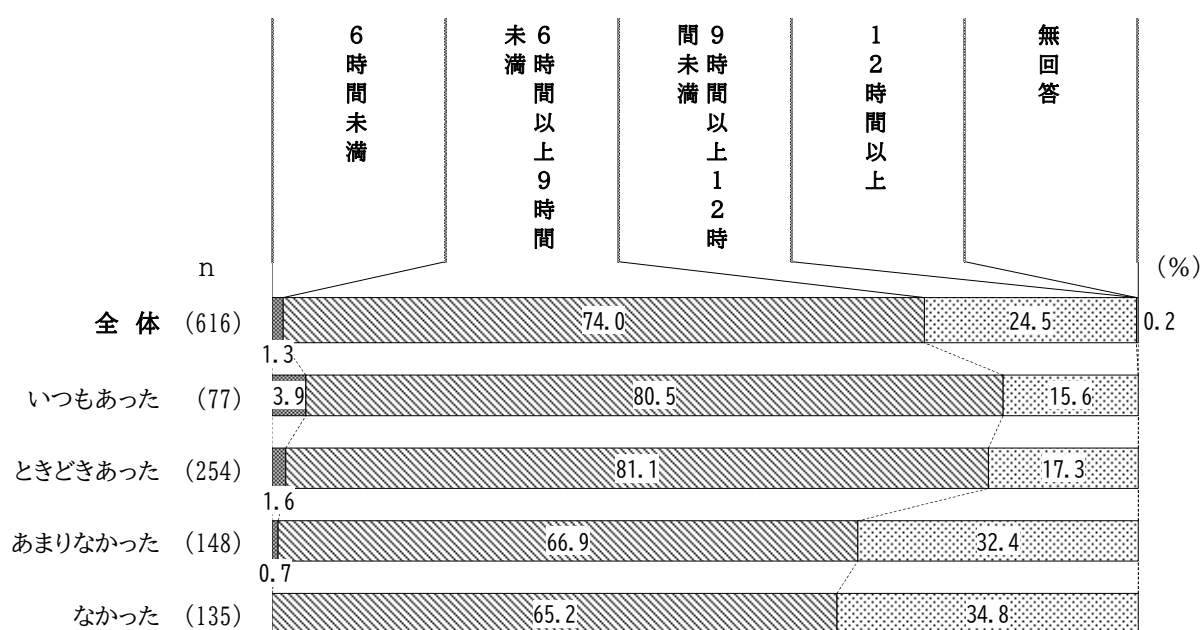
【地域別】

地域別でみると、「6時間以上9時間未満」は調布地域で78.6%と最も高く、糀谷・羽田地域で65.2%と最も低くなっている。「9時間以上12時間未満」は糀谷・羽田地域で33.3%と最も高くなっている。



【ストレスの状況別】

ストレスの状況別でみると、「9時間以上12時間未満」はストレスがなかった（34.8%）、あまりなかった（32.4%）で3割台となっている。一方、いつもあった（15.6%）、ときどきあった（17.3%）で1割台となっている。



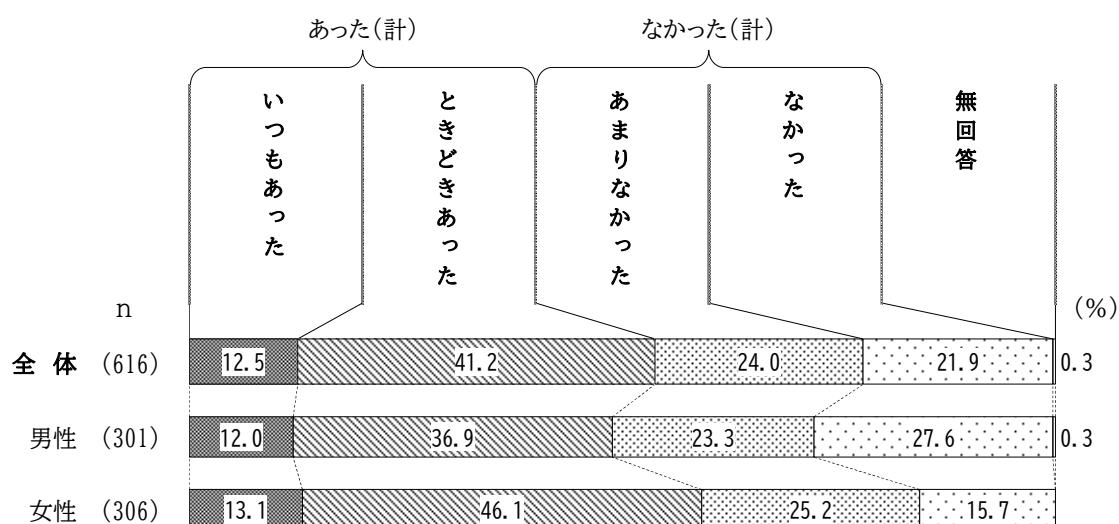
（2）ストレスの状況

問2 あなたは最近1か月間に、悩みや不安、ストレスなどを感じたことはありませんか。
（○は1つ）

ストレスの状況は、「いつもあった」（12.5％）と「ときどきあった」（41.2％）を合わせて、
《あった（計）》は53.7％となっている。

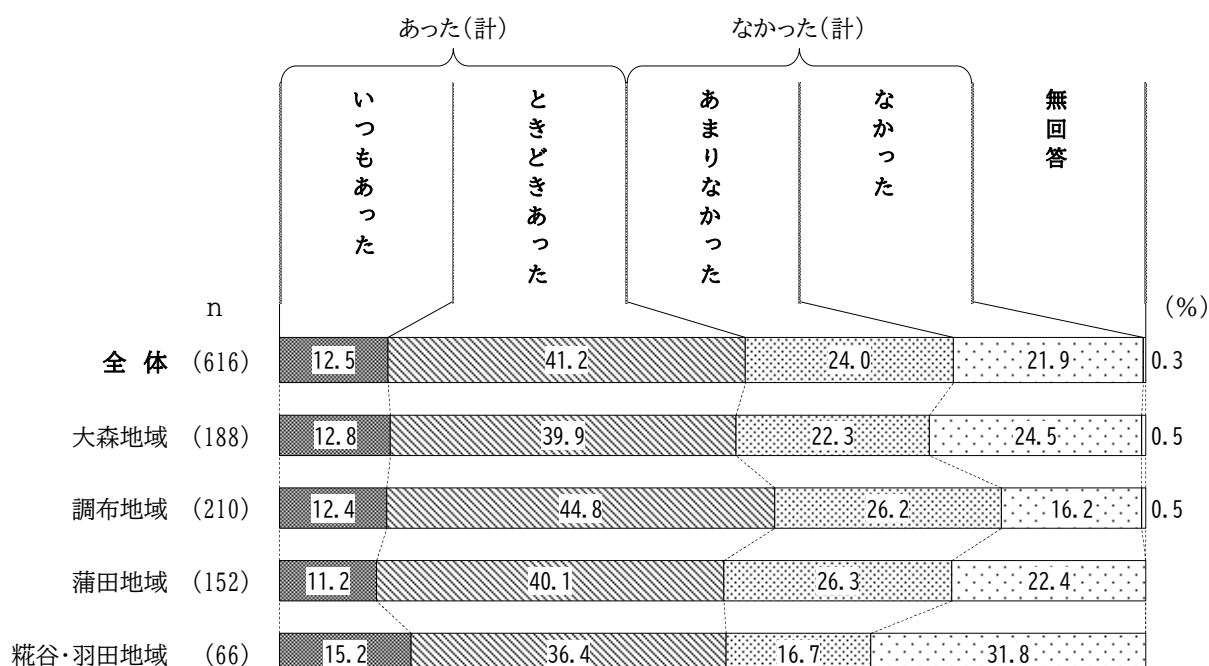
一方「あまりなかった」（24.0％）と「なかった」（21.9％）を合わせて、《なかった（計）》
は45.9％となっている。

性別でみると、《あった（計）》（男性：48.9％ 女性：59.2％）は、女性の方が男性よりも
10.3ポイント高くなっている。



【地域別】

地域別でみると、《あった（計）》はいずれの地域でも5割台となっており、調布地域で
57.2％と最も高く、蒲田地域で51.3％と最も低くなっている。

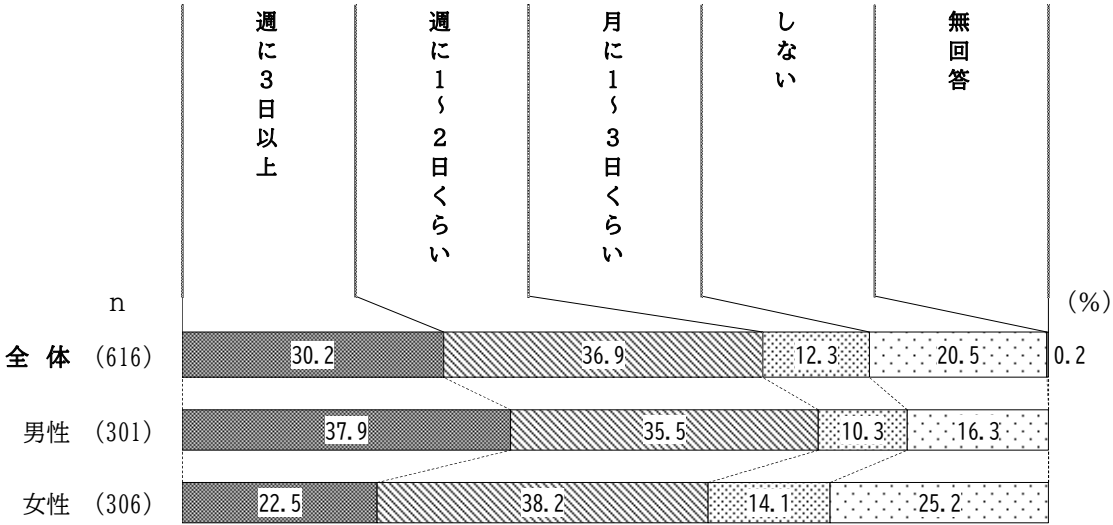


(3) 運動の状況

問3 運動やスポーツをどのくらいしていますか。（学校の体育の授業をのぞきます。）
(○は1つ)

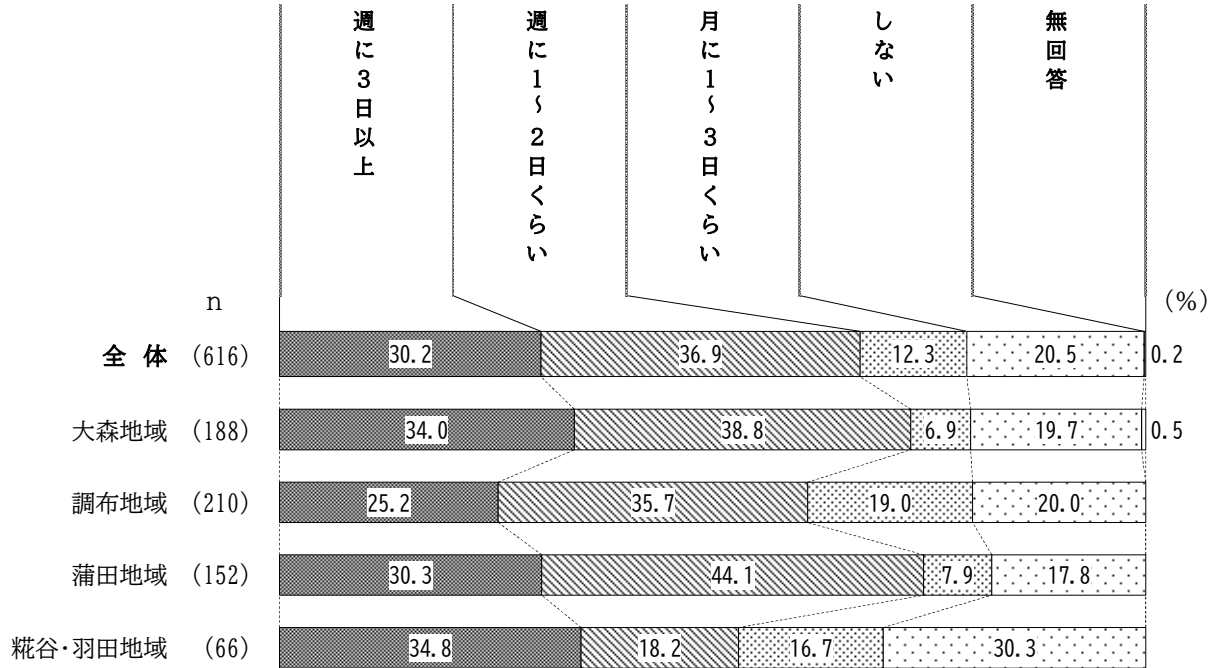
運動の状況は、「週に1～2日くらい」が36.9%で最も高く、次いで「週に3日以上」が30.2%、「月に1～3日くらい」が12.3%となっている。一方、「しない」が20.5%となっている。

性別でみると、「週に3日以上」（男性：37.9% 女性：22.5%）は、男性の方が女性よりも15.4ポイント高くなっている。一方、「しない」（男性：16.3% 女性：25.2%）は、女性の方が男性よりも8.9ポイント高くなっている。



【地域別】

地域別でみると、「週に3日以上」が糀谷・羽田地域で34.8%と最も高く、調布地域で25.2%と最も低くなっている。一方、「しない」は糀谷・羽田地域で30.3%と最も高くなっている。

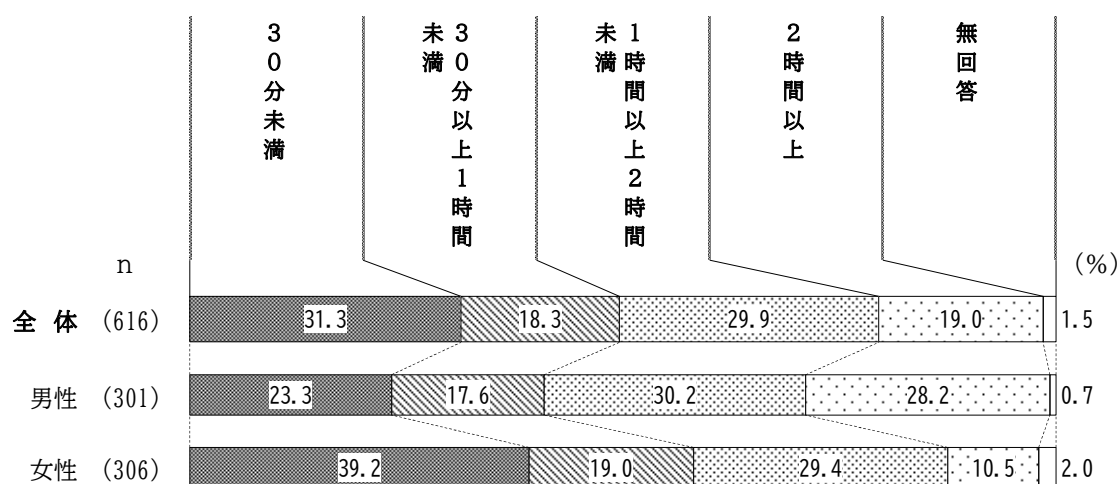


（4）1日の運動時間

問4 運動やスポーツをするときは、1日にどのくらいの時間しますか。（学校の体育の授業をのぞきます。）（○は1つ）

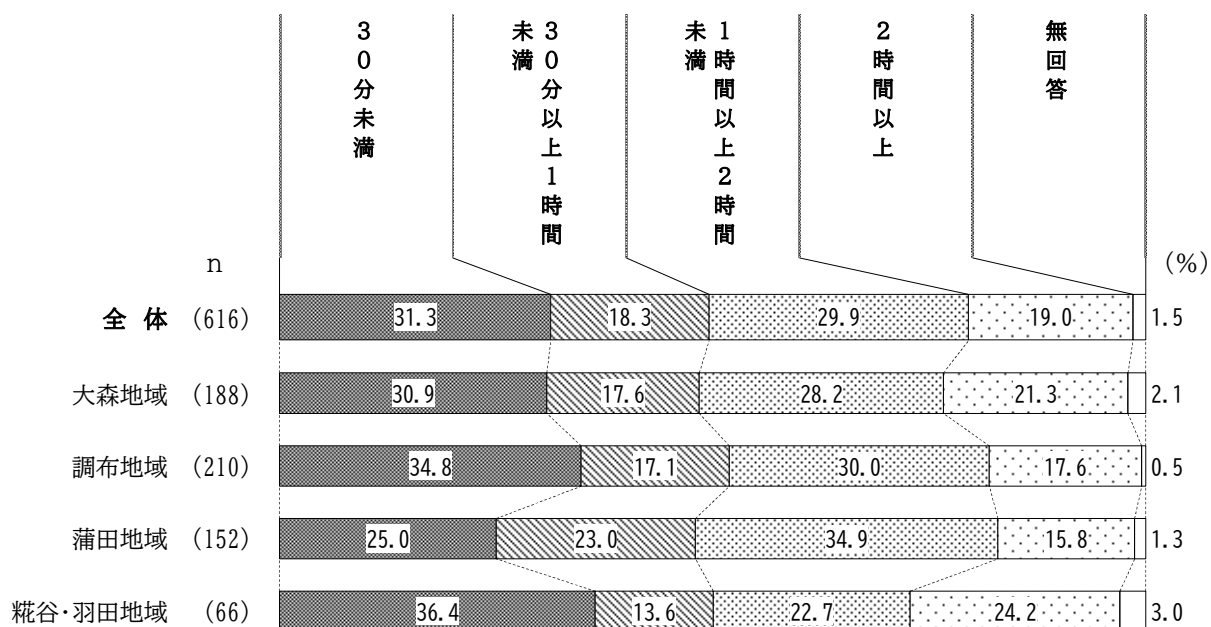
1日の運動時間は、「30分未満」が31.3%で最も高く、次いで「1時間以上2時間未満」が29.9%、「2時間以上」が19.0%、「30分以上1時間未満」が18.3%となっている。

性別でみると、「2時間以上」（男性：28.2% 女性：10.5%）は、男性の方が女性よりも17.7ポイント高くなっている。「30分未満」（男性：23.3% 女性：39.2%）は、女性の方が男性よりも15.9ポイント高くなっている。



【地域別】

地域別でみると、「2時間以上」が糀谷・羽田地域で24.2%と最も高く、蒲田地域で15.8%と最も低くなっている。一方、「30分未満」は糀谷・羽田地域で36.4%と最も高く、調布地域で34.8%と並んでいる。



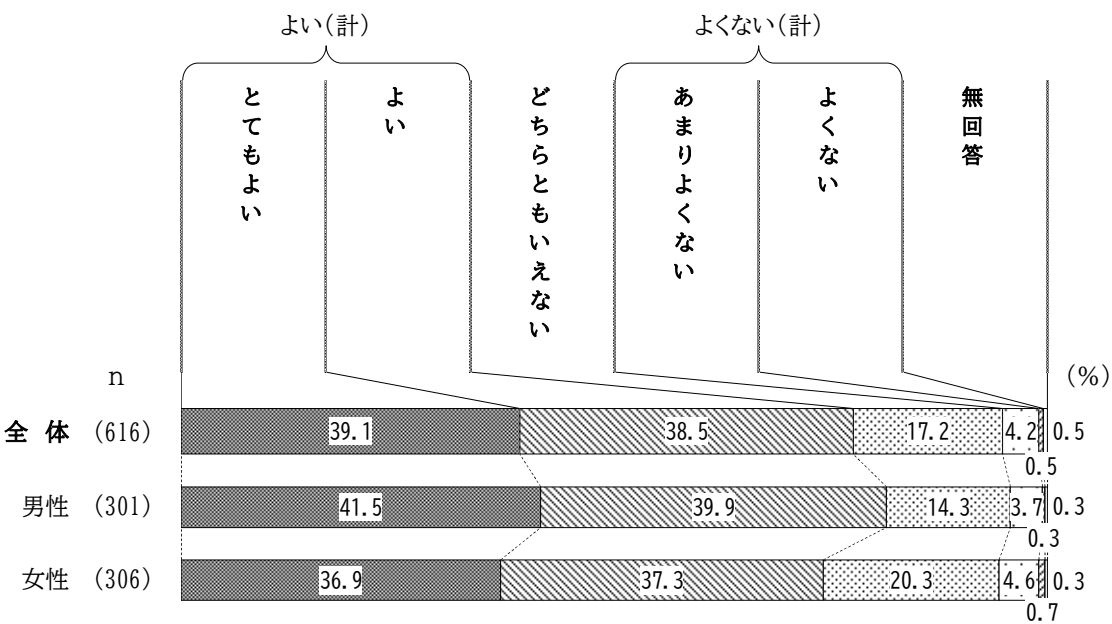
(5) 健康状態

問5 現在のあなたの健康状態はいかがですか。（○は1つ）

健康状態は、「とてもよい」が39.1%で最も高く、次いで「よい」が38.5%となっており、「とてもよい」と「よい」を合わせて、《よい（計）》は77.6%となっている。

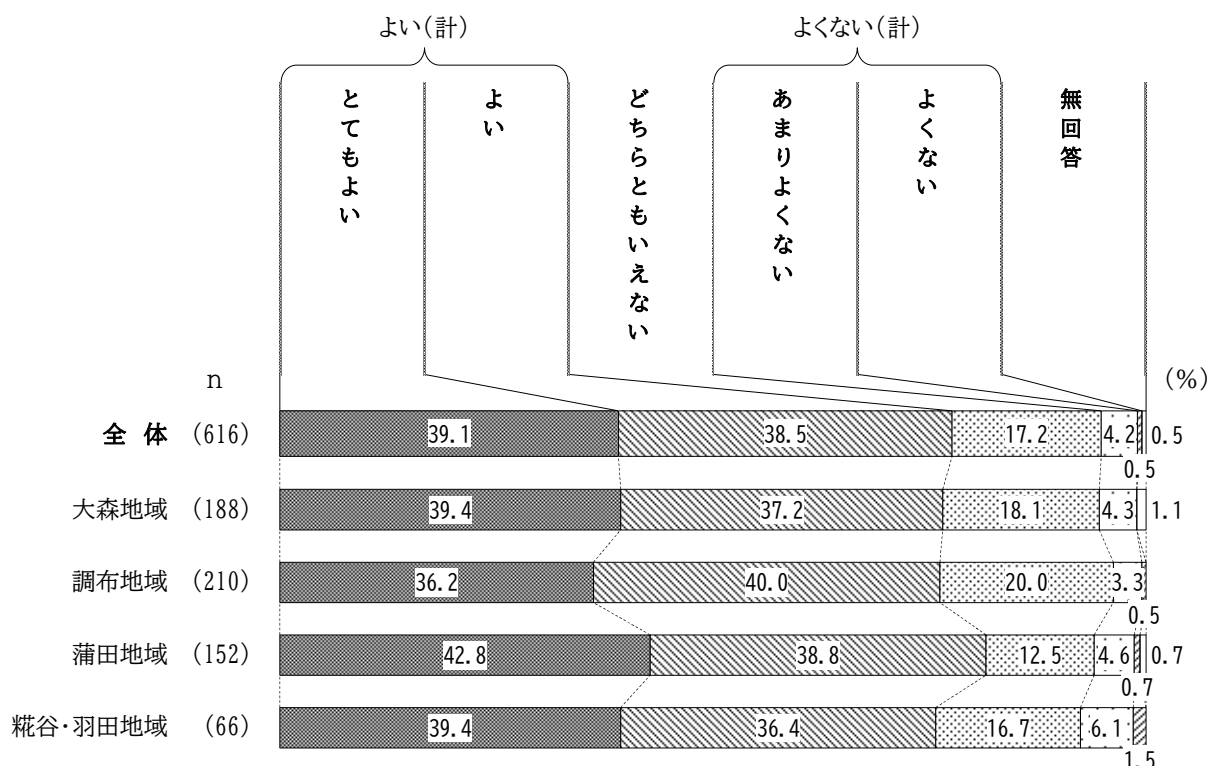
一方「あまりよくない」（4.2%）と「よくない」（0.5%）を合わせて、《よくない（計）》は4.7%となっている。

性別でみると、《よい（計）》（男性：81.4% 女性：74.2%）は、男性の方が女性よりも7.2ポイント高くなっている。



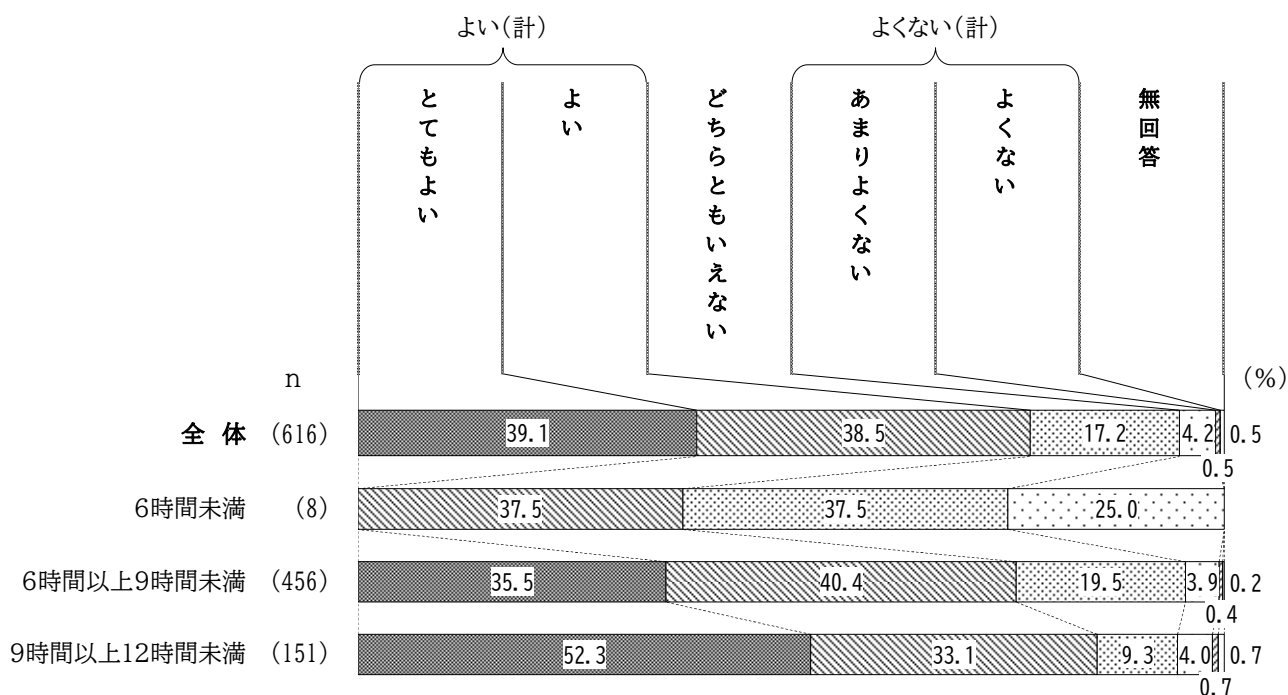
【地域別】

地域別でみると、「よい（計）」はいずれの地域でも7割台半ば以上を占めており、蒲田地域で81.6%と最も高くなっている。



【1日の平均睡眠時間別】

1日の平均睡眠時間別でみると、「よい（計）」は9時間以上12時間未満で85.4%と最も高く、次いで6時間以上9時間未満で75.9%となっている。

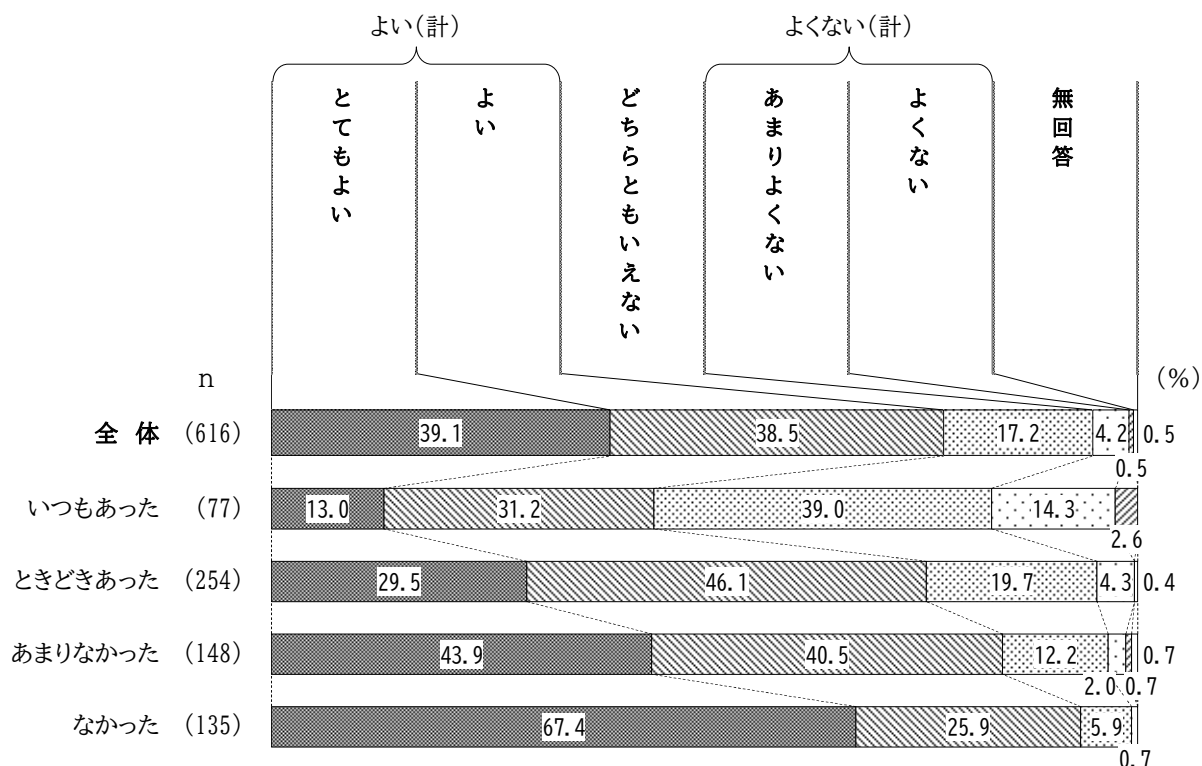


※睡眠時間の「12時間以上」は、回答者がいないため省略している。

【ストレスの状況別】

ストレスの状況別でみると、「よい（計）」はストレスがないほど高くなり、なかったで93.3%と最も高くなっている。

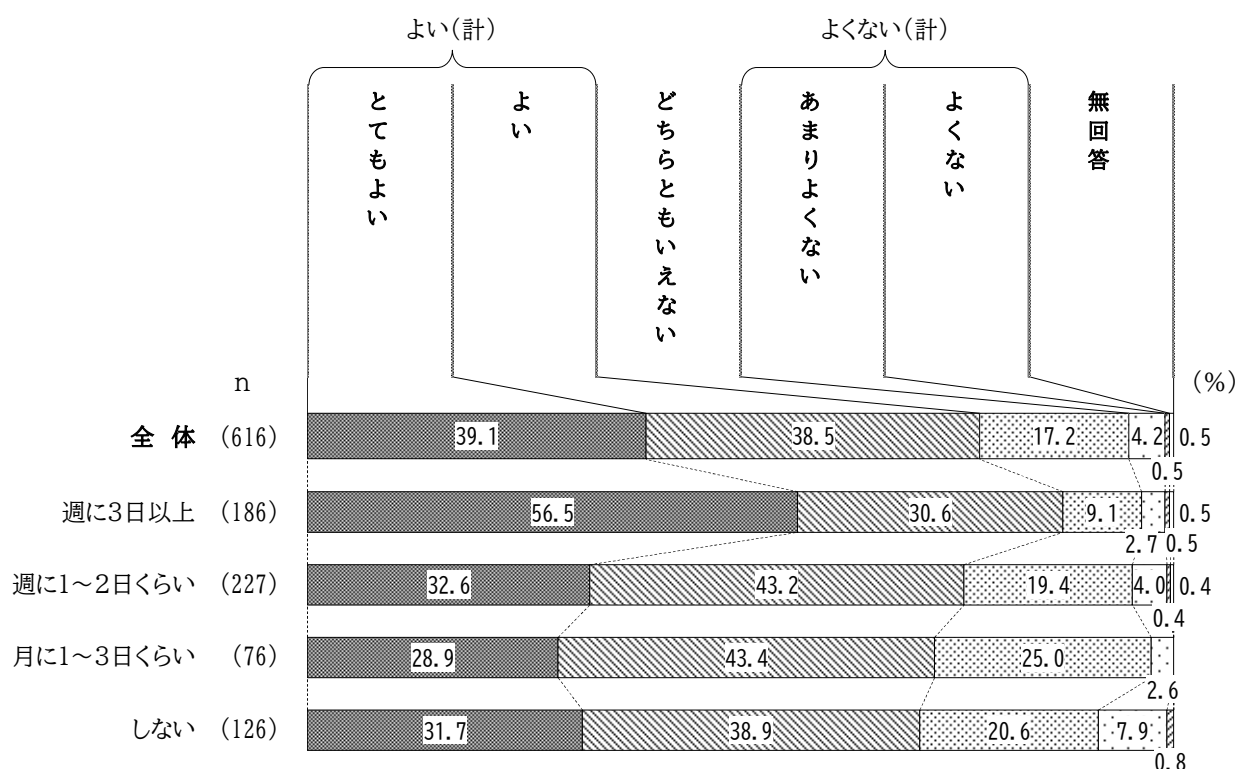
一方、「よくない（計）」は、いつもあったで16.9%と最も高くなっている。



【運動の状況別】

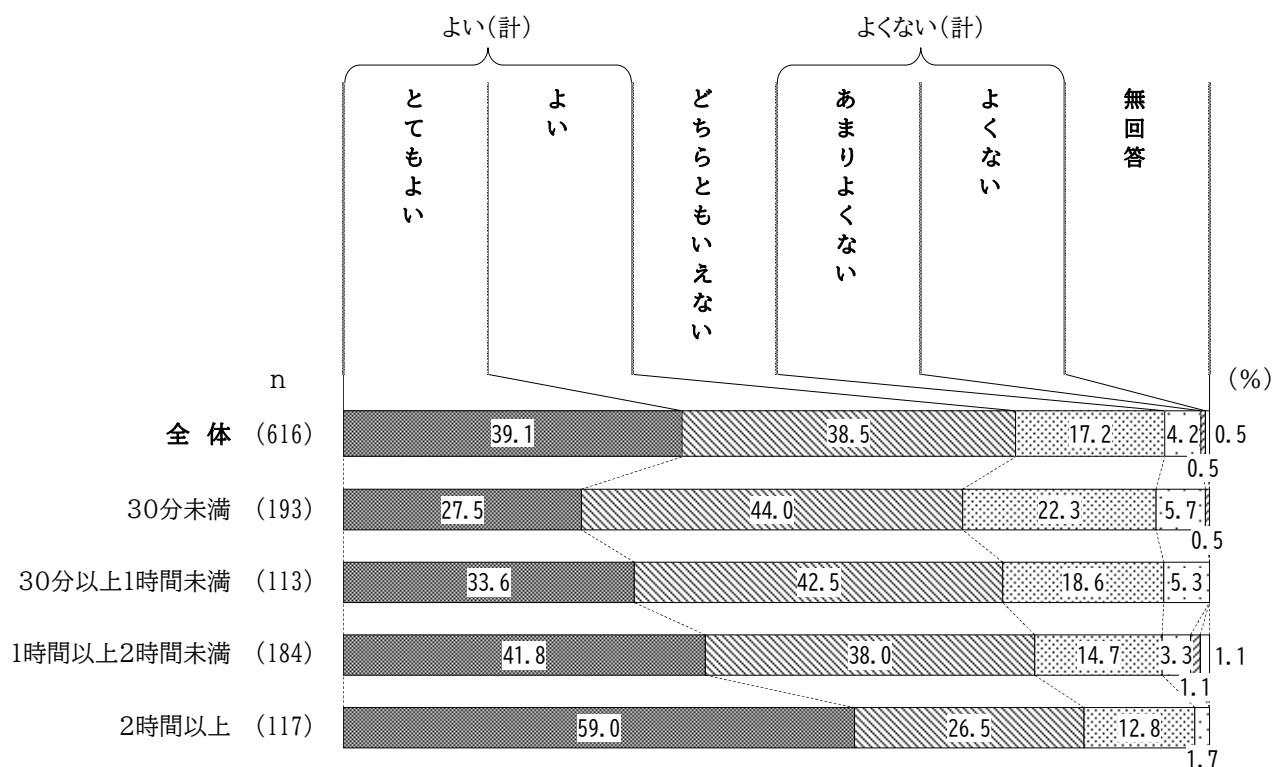
運動の状況別でみると、「よい（計）」は運動頻度が高いほど高くなり、週に3日以上で87.1%と最も高くなっている。

一方、「よくない（計）」は、しないで8.7%と最も高くなっている。



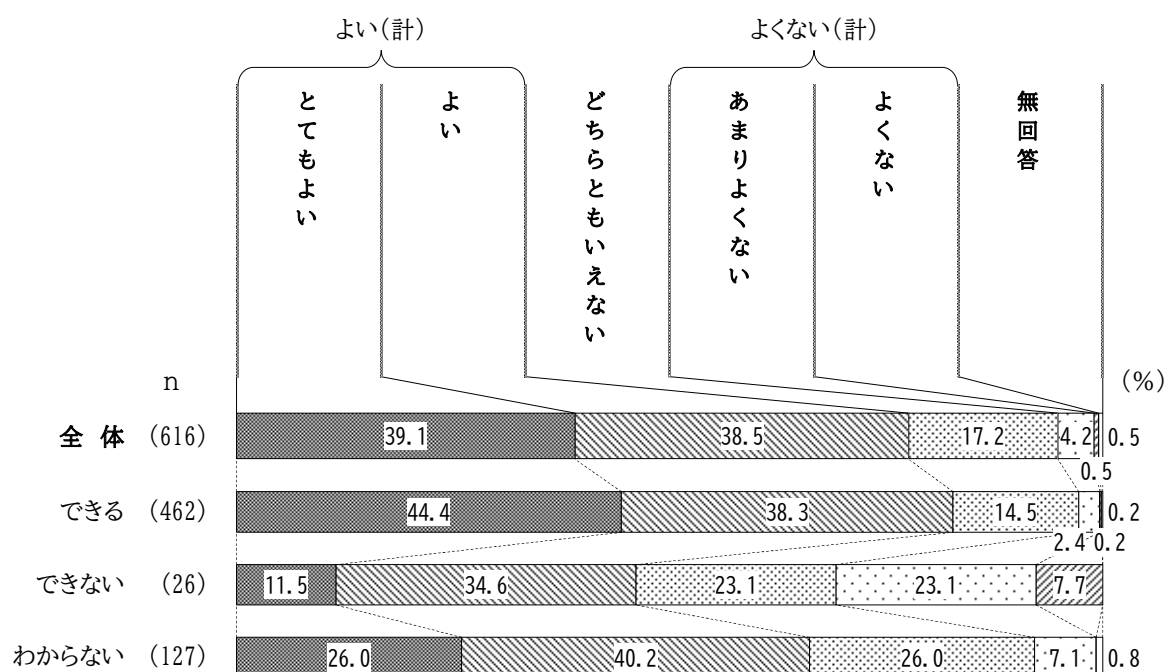
【1日の運動時間別】

1日の運動時間別でみると、「よい（計）」は運動時間が長いほど高くなり、2時間以上で85.5%と最も高くなっている。



【相談できる人の有無別】

相談できる人の有無別でみると、「よい（計）」はできるで82.7%と最も高くなっている。

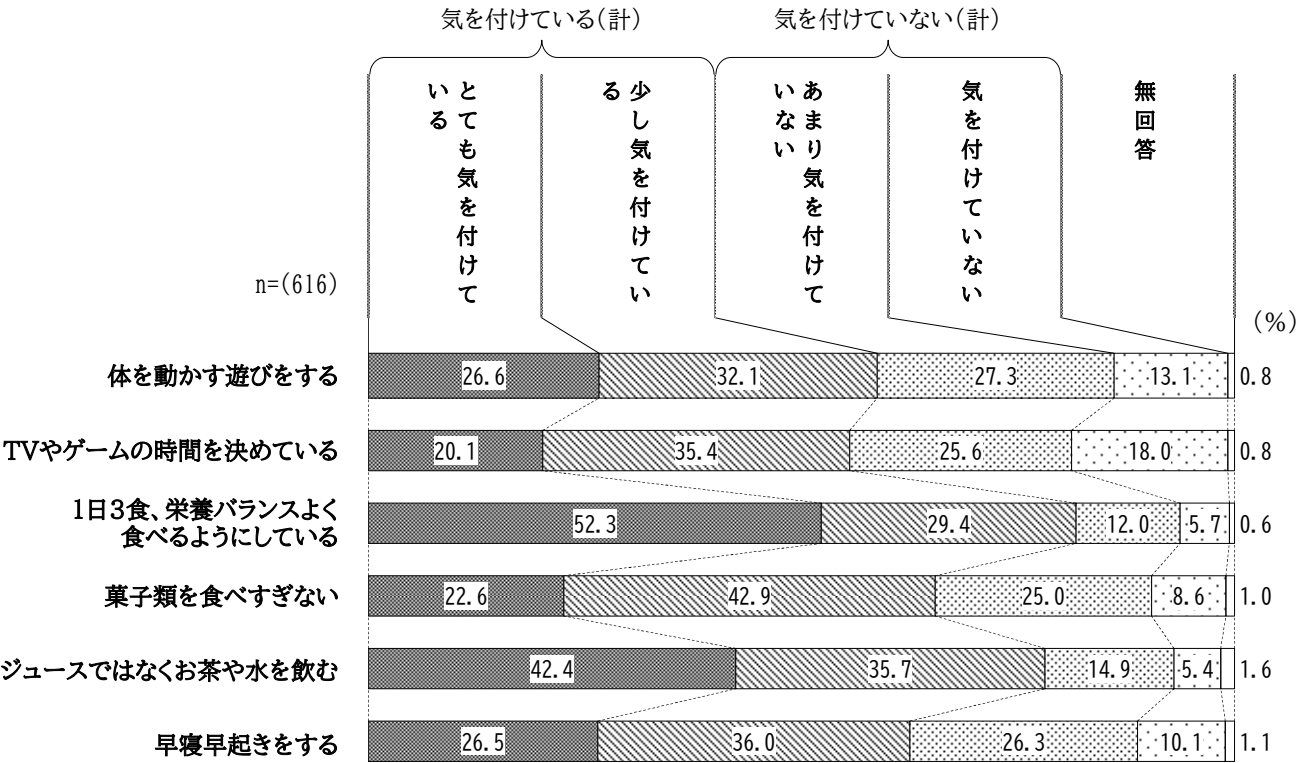


(6) 健康で気をつけていること

問6 大人になっても健康でいるために、次のことに気をつけていますか。
(○はそれぞれ1つずつ)

健康で気をつけていることで「とても気をつけている」と「少し気をつけている」を合わせて、
《気をつけている（計）》は、すべての項目で過半数を占めており、特に“1日3食、栄養バ
ランスよく食べるようにしている”（81.7%）、“ジュースではなくお茶や水を飲む”（78.1%）で8
割前後と特に高くなっている。

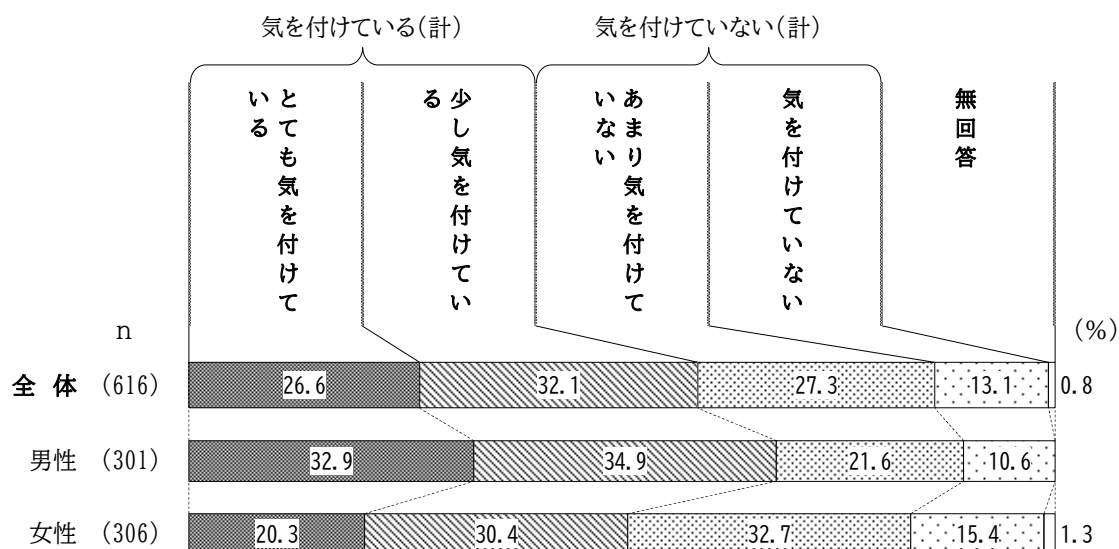
一方、「あまり気をつけていない」と「気をつけていない」を合わせて、《気をつけていない
（計）》は、“TVやゲームの時間を決めている”（43.6%）、“体を動かす遊びをする”（40.4%）
で4割台と他の項目に比べて高くなっている。



①体を動かす遊びをする

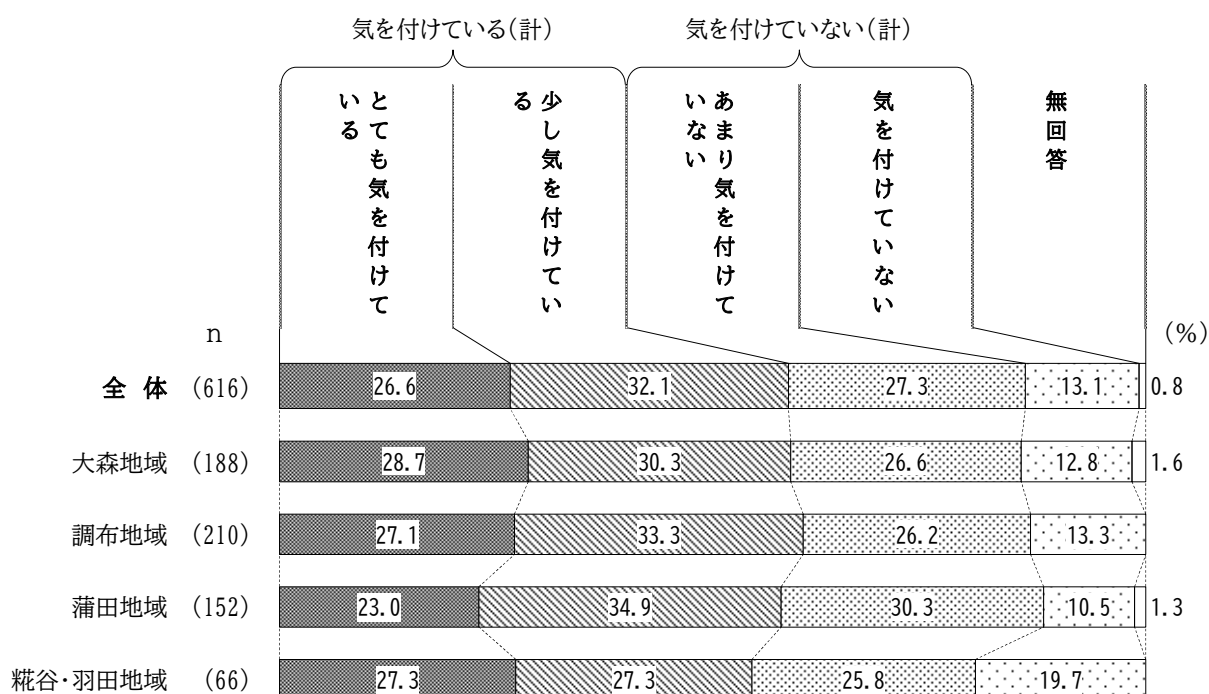
【性別】

性別でみると、「気を付けている（計）」（男性：67.8% 女性：50.7%）は、男性の方が女性よりも17.1ポイント高くなっている。



【地域別】

地域別でみると、「気を付けている（計）」は調布地域で60.4%と最も高くなっている。一方、「気を付けていない（計）」は糞谷・羽田地域で45.5%と特に高くなっている。

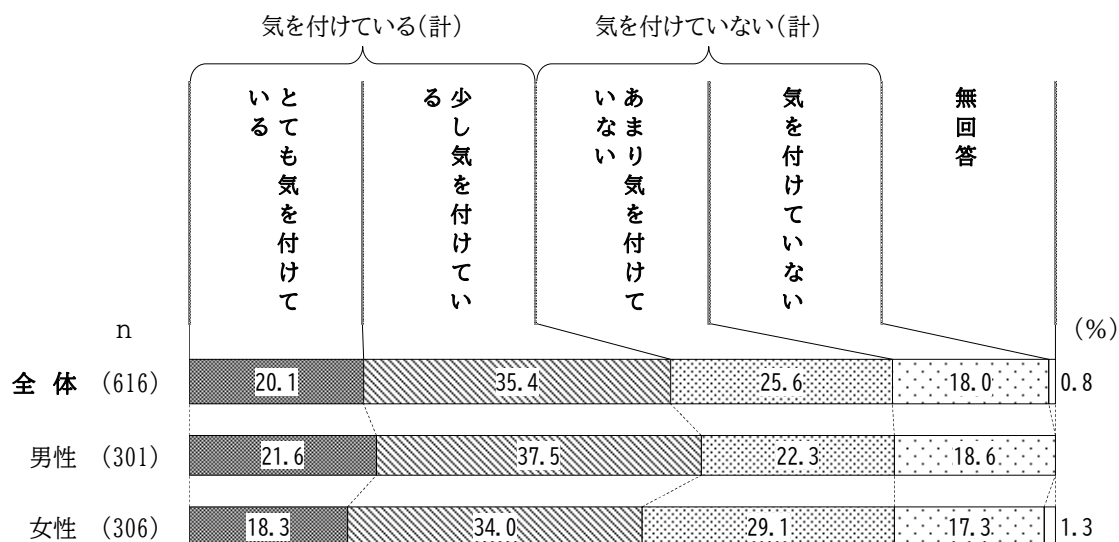


第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

②TVやゲームの時間を決めている

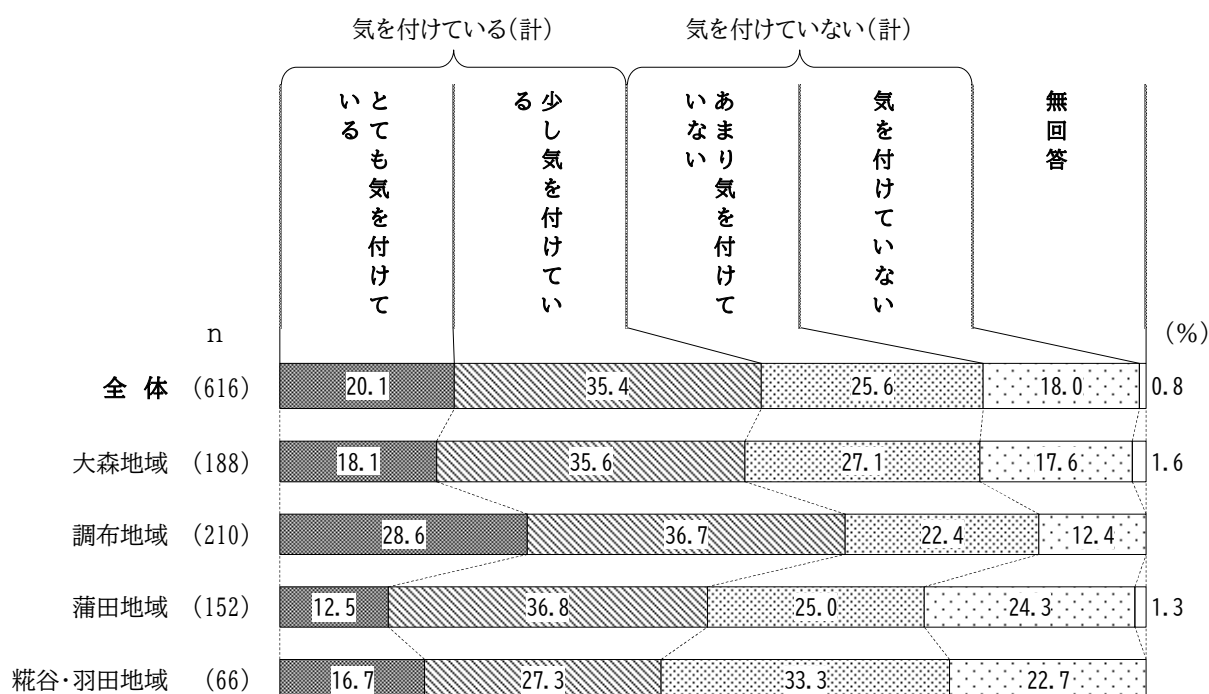
【性別】

性別でみると、「気を付けている（計）」（男性：59.1% 女性：52.3%）は、男性の方が女性よりも6.8ポイント高くなっている。



【地域別】

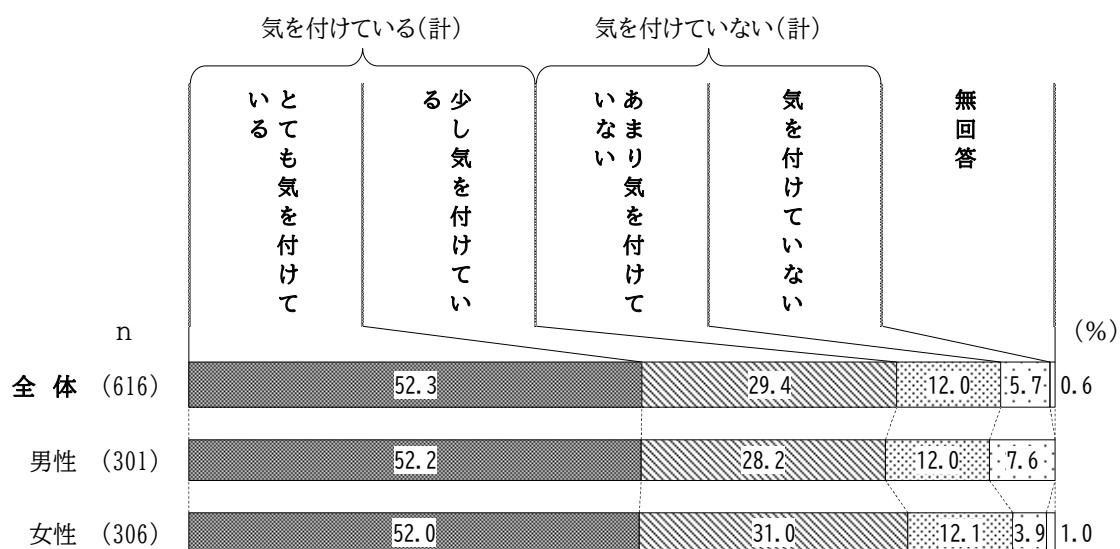
地域別でみると、「気を付けている（計）」は調布地域で65.3%と最も高くなっている。一方、「気を付けていない（計）」は糀谷・羽田地域で56.0%と最も高くなっている。



③1日3食、栄養バランスよく食べるようにしている

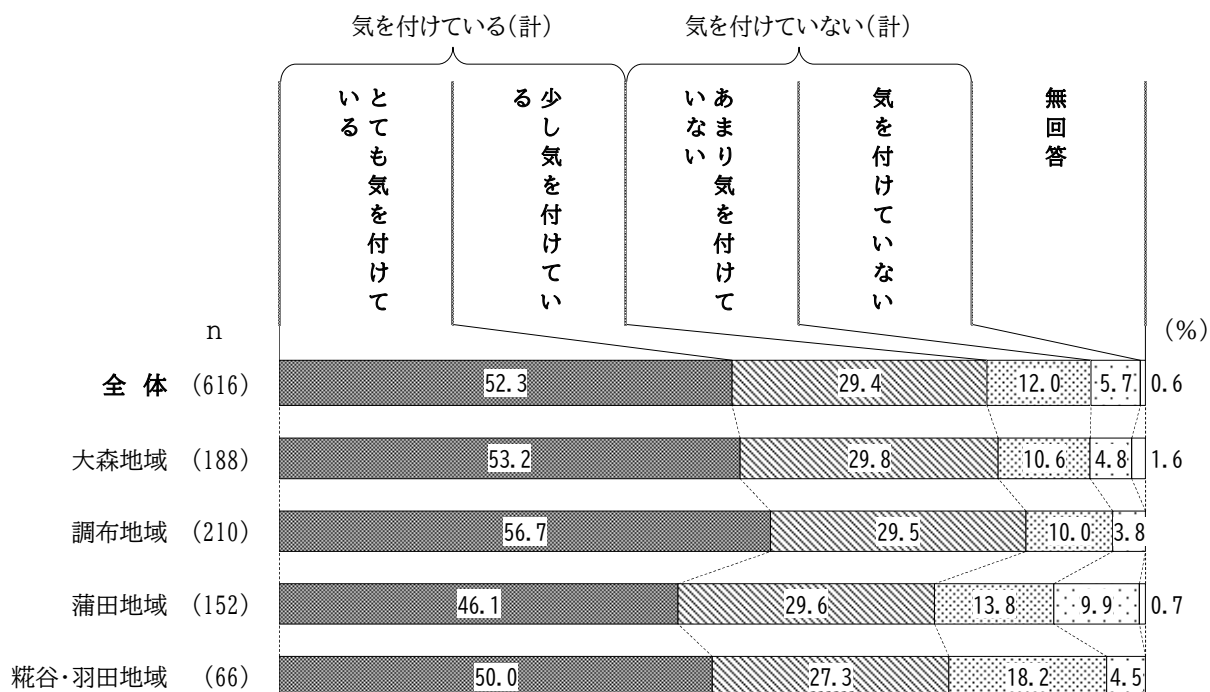
【性別】

性別でみると、特に大きな違いはみられない。



【地域別】

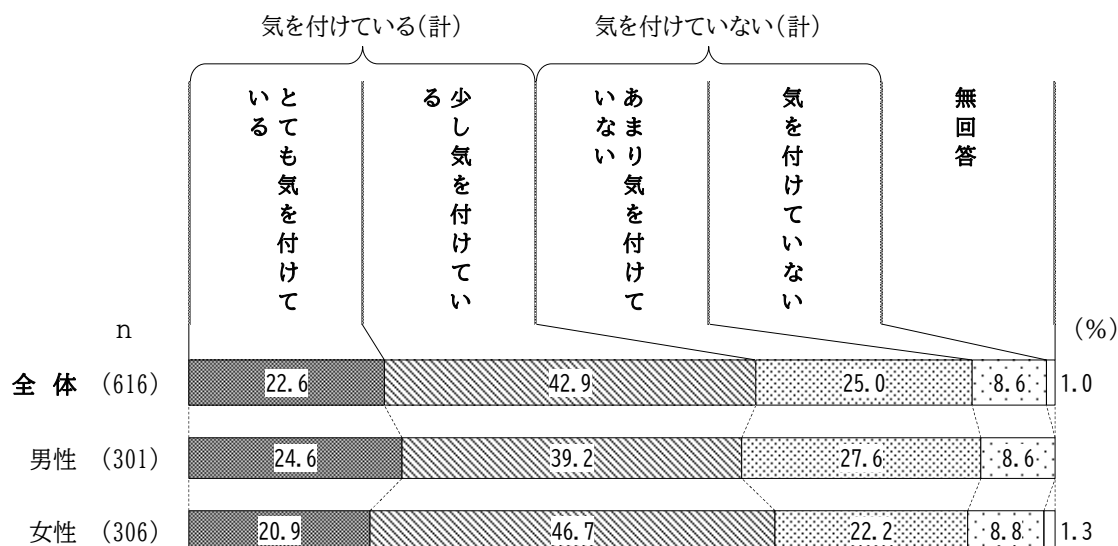
地域別でみると、「気をつけている（計）」は調布地域で86.2%と最も高く、次いで大森地域で83.0%となっている。一方、「気をつけていない（計）」は蒲田地域で23.7%、糀谷・羽田地域で22.7%と他の地域と比べて高くなっている。



④菓子類を食べすぎない

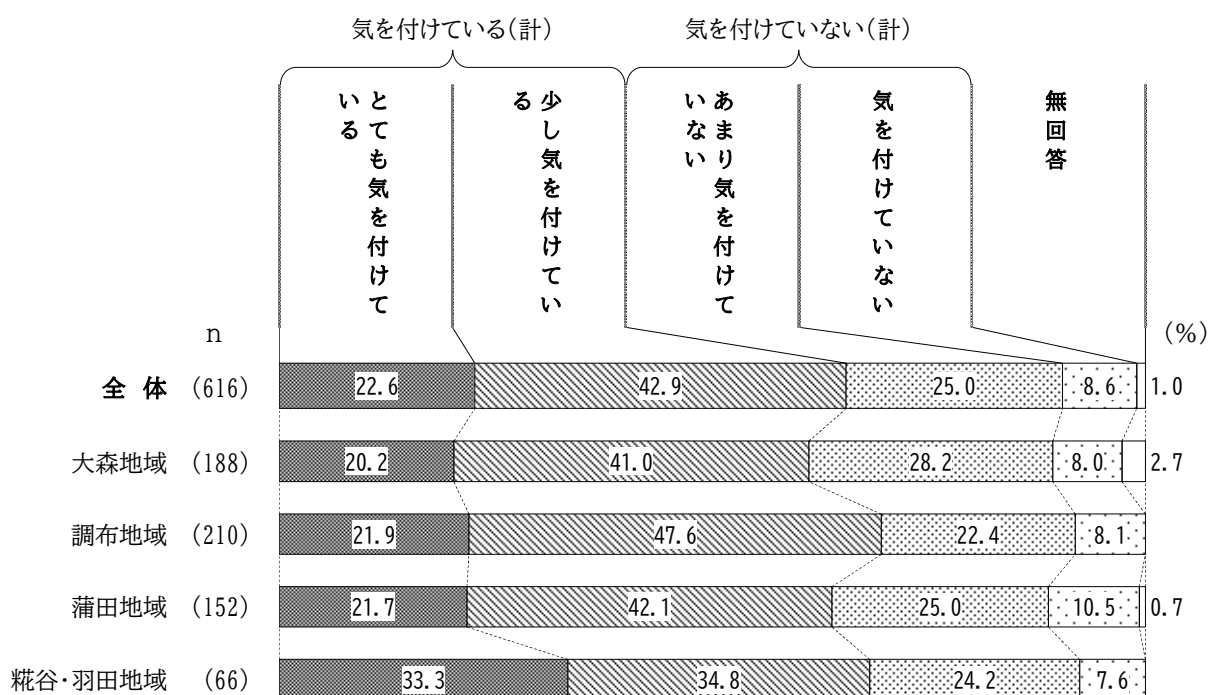
【性別】

性別でみると、「気を付けていない（計）」（男性：36.2% 女性：31.0%）は、男性の方が女性よりも5.2ポイント高くなっている。



【地域別】

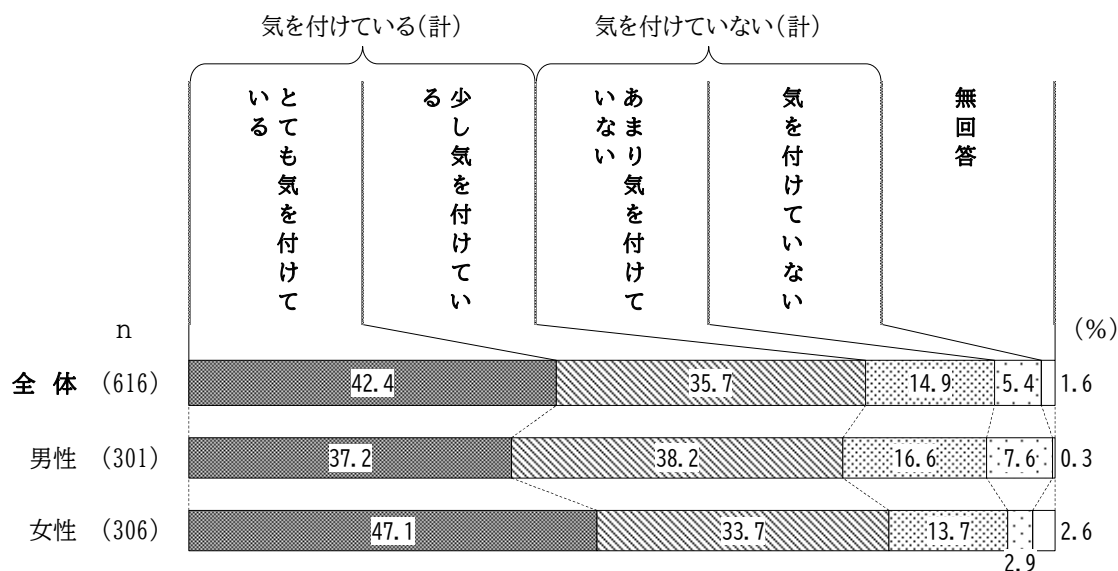
地域別でみると、「気を付けている（計）」はいずれの地域でも6割台となっており、調布地域で69.5%と最も高く、糀谷・羽田地域が68.1%と並んでいる。一方、「気を付けていない（計）」は大森地域で36.2%、蒲田地域で35.5%と並んでいる。



⑤ジュースではなくお茶や水を飲む

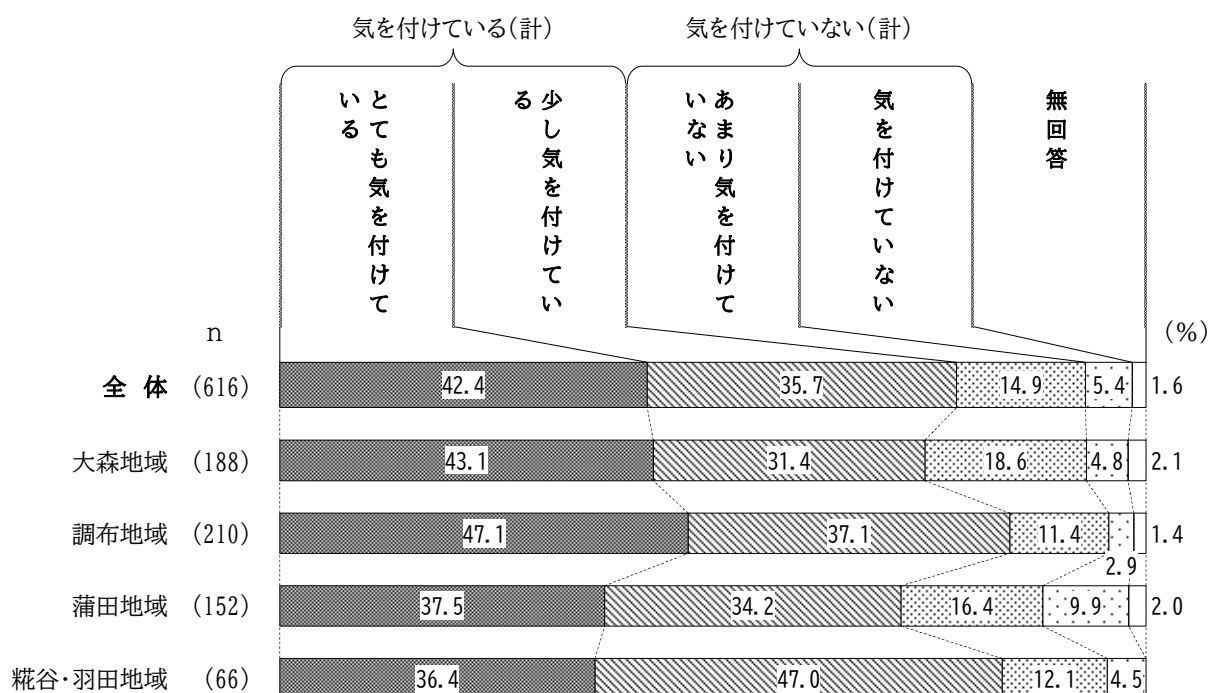
【性別】

性別でみると、「気を付けている（計）」（男性：75.4% 女性：80.8%）は、女性の方が男性よりも5.4ポイント高くなっている。



【地域別】

地域別でみると、「気を付けている（計）」は調布地域で84.2%と最も高く、糀谷・羽田地域が83.4%で並んでいる。一方、「気を付けていない（計）」は蒲田地域で26.3%、大森地域で23.4%と他の地域に比べて高くなっている。

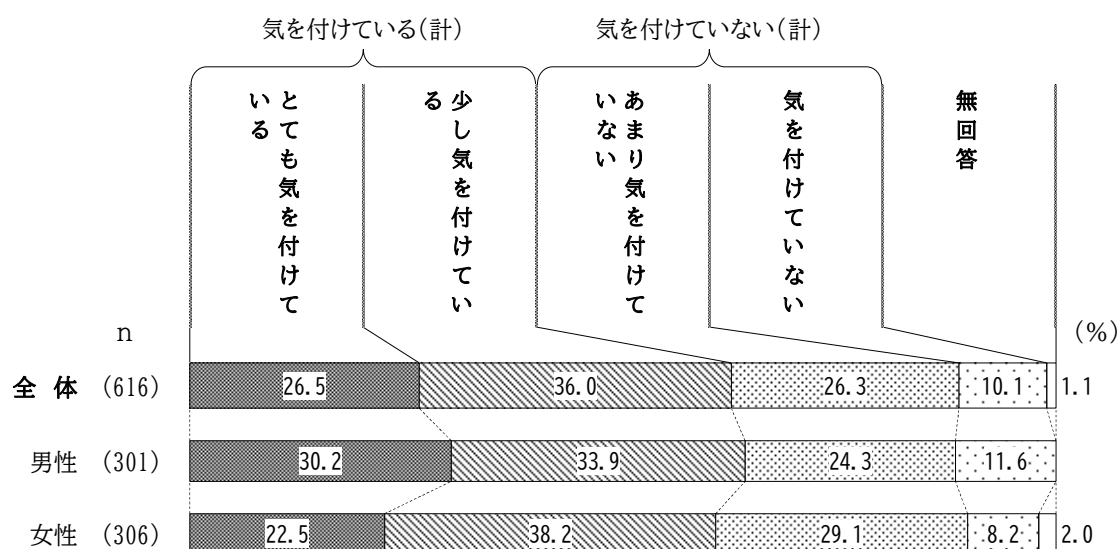


第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

⑥早寝早起きをする

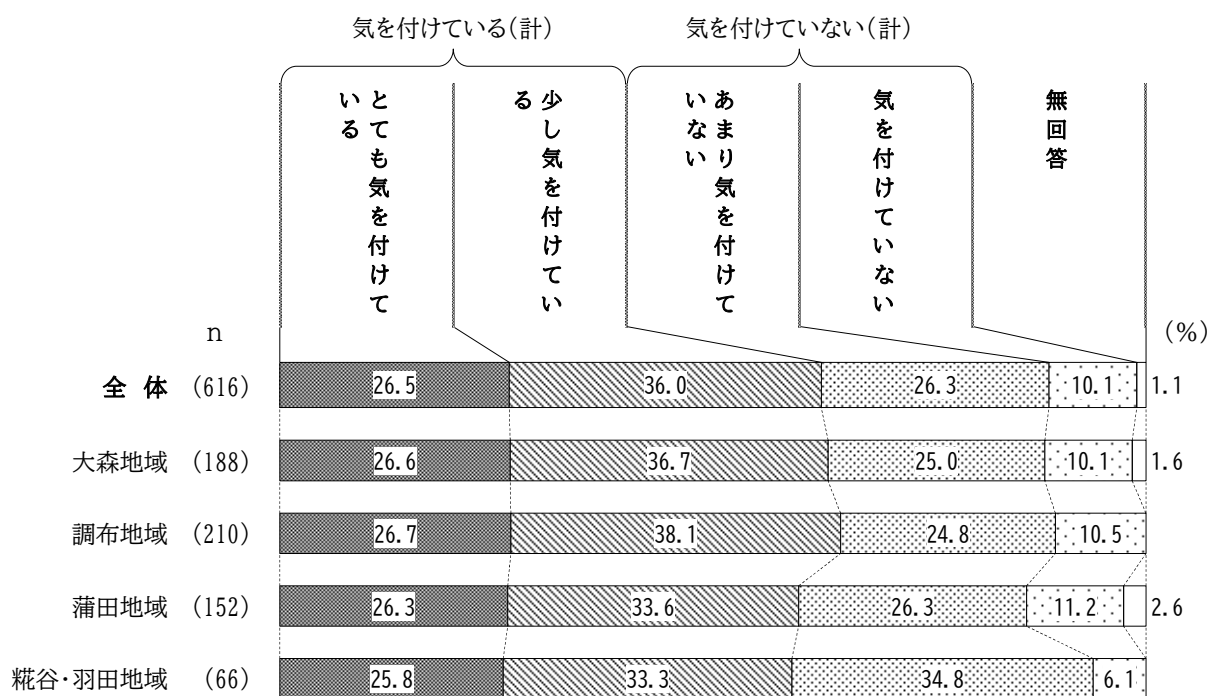
【性別】

性別でみると、特に大きな違いはみられない。



【地域別】

地域別でみると、「気を付けている（計）」は調布地域で64.8%と最も高く、大森地域が63.3%で並んでいる。一方、「気を付けていない（計）」は糞谷・羽田地域で40.9%と最も高くなっている。



3. こころの健康について

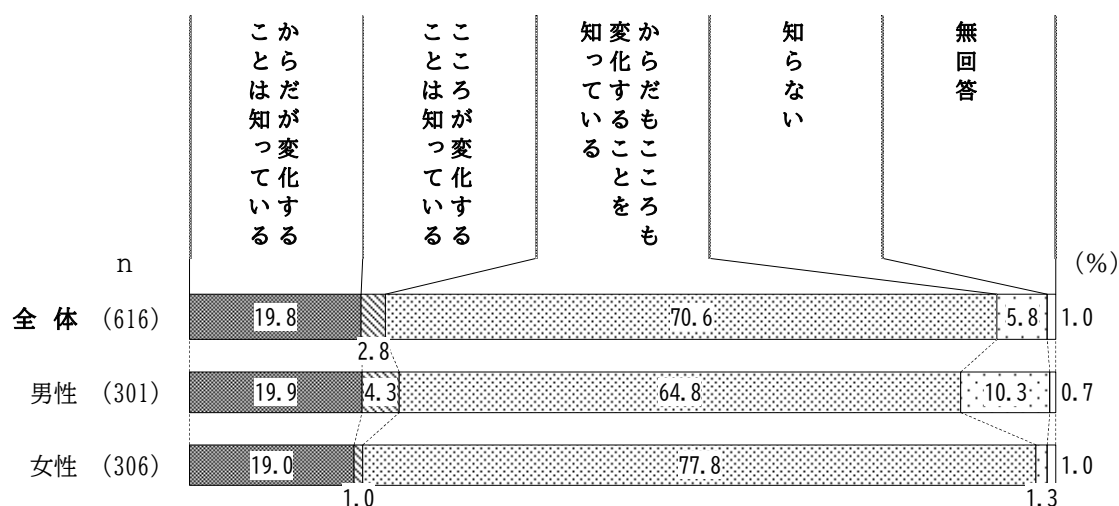
（1）思春期についての認知状況

問7 小学校高学年のころから、からだやこころが変化することを知っていますか。

（○は1つ）

思春期についての認知状況は、「からだもこころも変化することを知っている」が70.6%で最も高く、次いで「からだが変わることは知っている」が19.8%、「こころが変わることは知っている」が2.8%となっている。

性別でみると、「からだもこころも変化することを知っている」（男性：64.8% 女性：77.8%）は、女性の方が男性よりも13.0ポイント高くなっている。一方、「知らない」（男性：10.3% 女性：1.3%）は、男性の方が女性よりも9.0ポイント高くなっている。

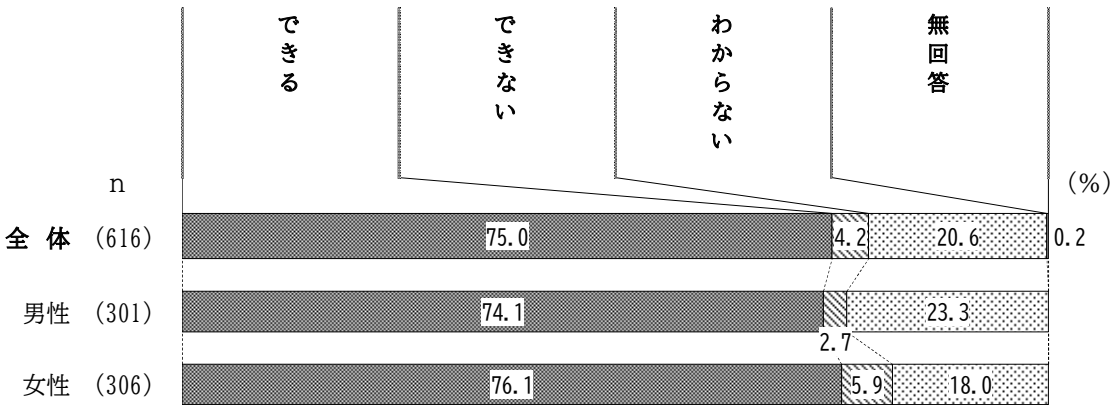


（2）相談できる人の有無

問8 あなたは困ったり悩んだとき、だれかに相談できますか。（○は1つ）

相談できる人の有無は、「できる」が75.0%、「できない」が4.2%、「わからない」が20.6%となっている。

性別でみると、「わからない」（男性：23.3% 女性：18.0%）は、男性の方が女性よりも5.3ポイント高くなっている。



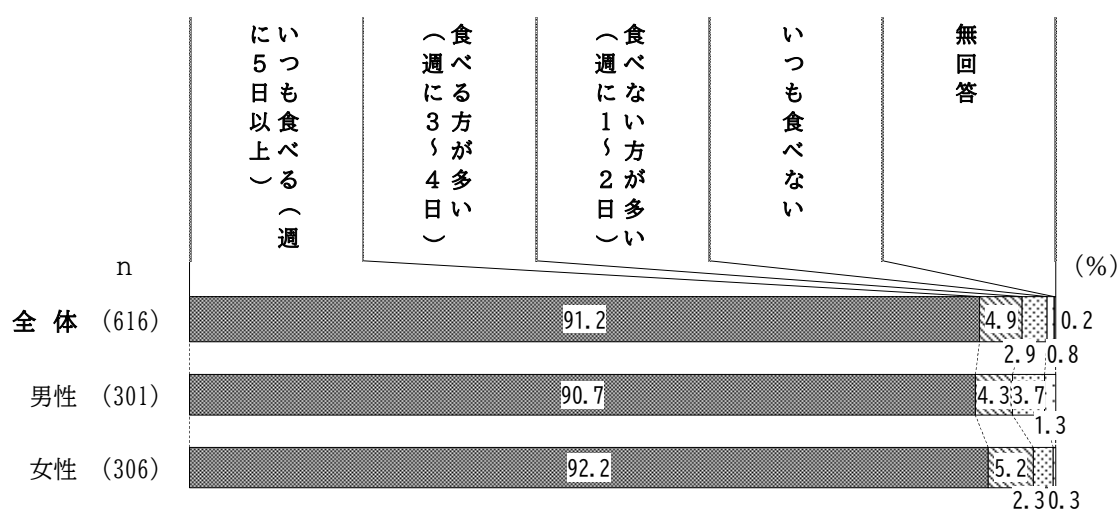
4. 食生活について

(1) 朝食の摂取状況

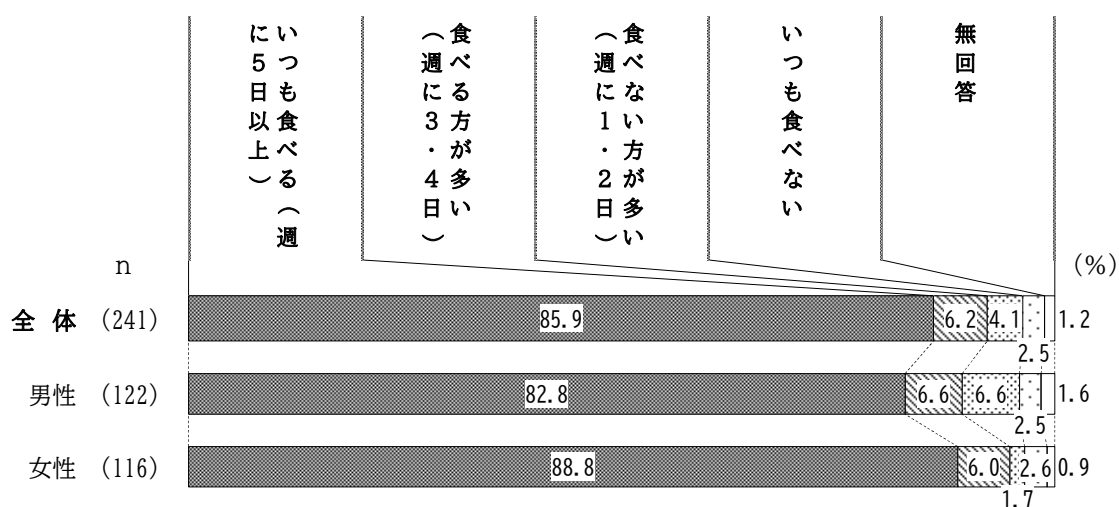
問9 あなたは、朝食をいつも食べますか。（○は1つ）

朝食の摂取状況は、「いつも食べる（週に5日以上）」が91.2%で最も高く、次いで「食べる方が多い（週に3～4日）」が4.9%、「食べない方が多い（週に1～2日）」が2.9%、「いつも食べない」が0.8%となっている。

性別でみると、特に大きな違いはみられない。



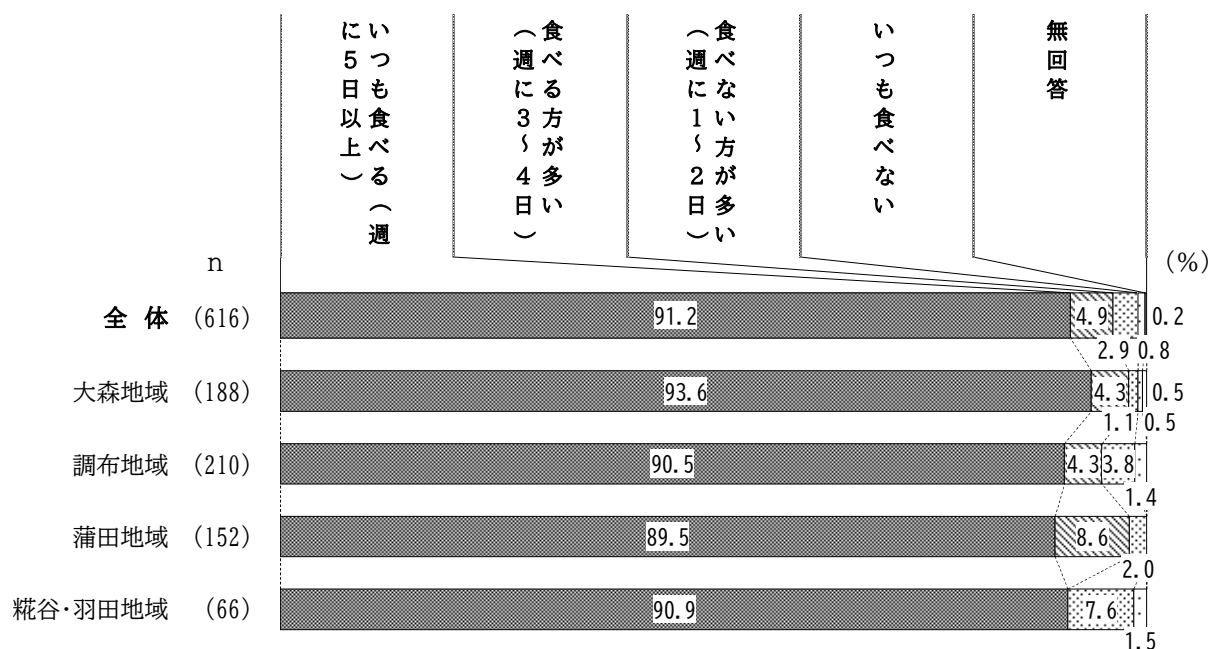
【参考：平成29年 中学1年生の食生活の実態調査（大田区）】



第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

【地域別】

地域別でみると、「いつも食べる（週に5日以上）」が大森地域で93.6%と最も高くなっている。一方、「食べる方が多い（週に3～4日）」が蒲田地域で8.6%、「食べない方が多い（週に1～2日）」が糀谷・羽田地域で7.6%と他の地域に比べて高くなっている。

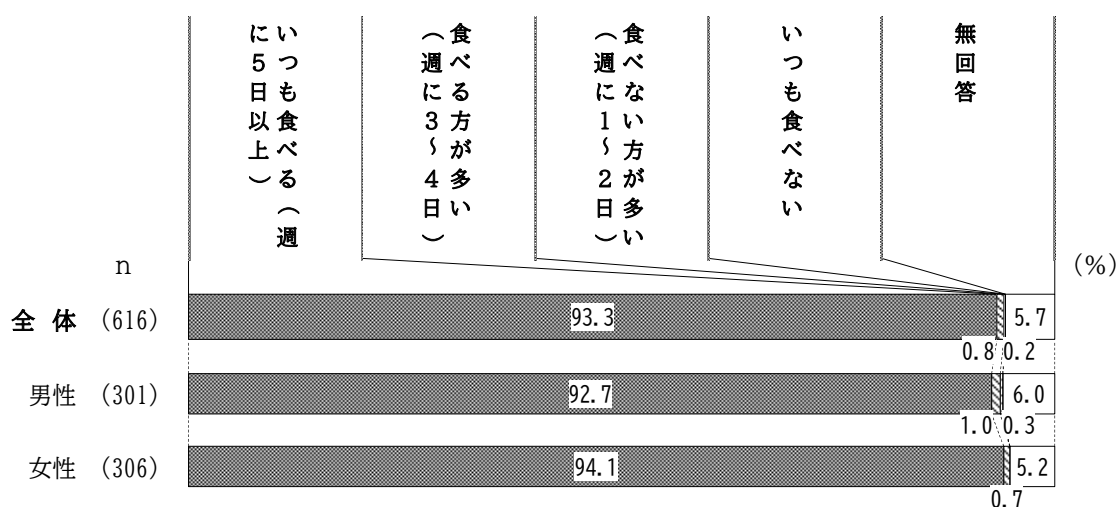


(2) 夕食の摂取状況

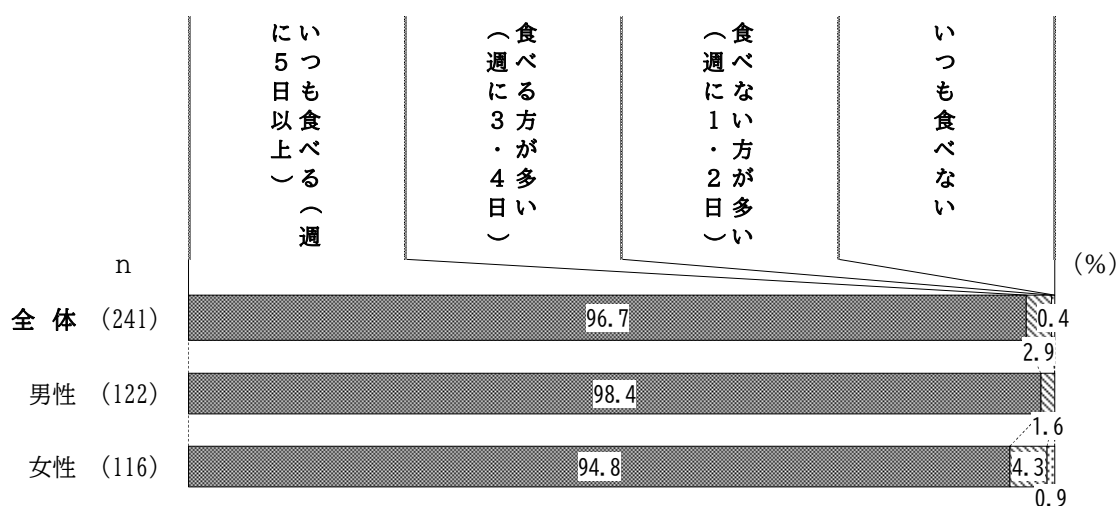
問10 あなたは、夕食をいつも食べますか。（○は1つ）

夕食の摂取状況は、「いつも食べる（週に5日以上）」が93.3%で最も高く、次いで「食べる方が多い（週に3～4日）」が0.8%、「食べない方が多い（週に1～2日）」が0.2%となっている。「いつも食べない」は回答者がいなかった。

性別でみると、特に大きな違いはみられない。



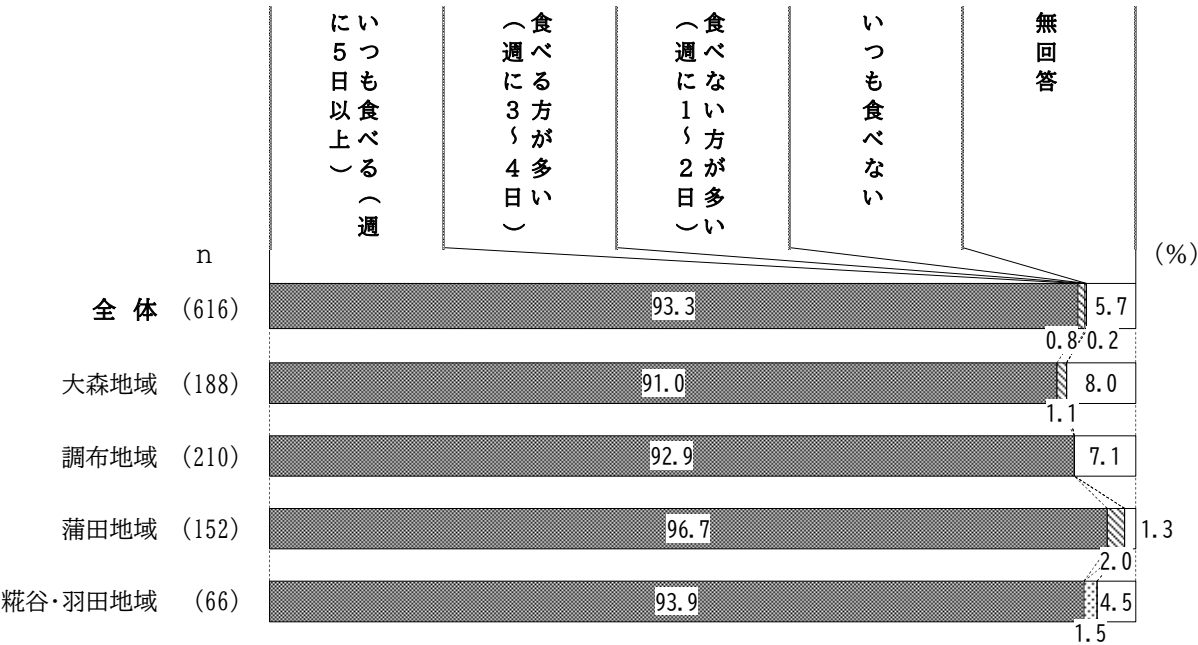
【参考：平成29年 中学1年生の食生活の実態調査（大田区）】



第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

【地域別】

地域別でみると、「いつも食べる（週に5日以上）」がいずれの地域でも9割を超えており、蒲田地域で96.7%と最も高くなっている。



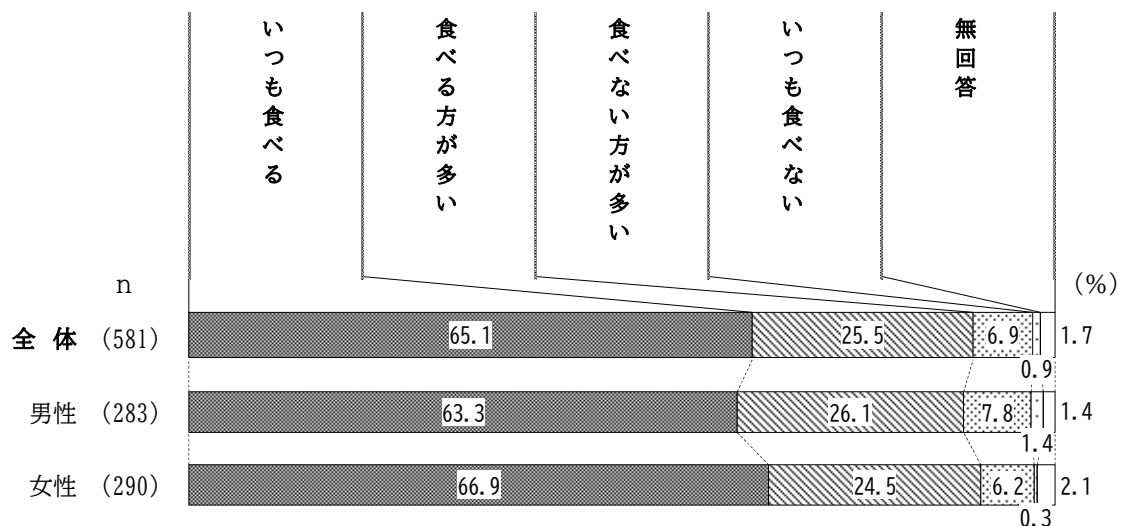
（3）主食、主菜、副菜をそろえた夕食の頻度

（問10で「いつも食べる（週に5日以上）」、「食べる方が多い（週に3～4日）」、「食べない方が多い（週に1～2日）」と回答した方におたずねします。）

問10－1 夕食は、主食（ごはん、パンなど）、主菜（肉、魚、卵、豆腐など）、副菜（野菜、きのこ、海藻など）の3つをそろえて食べていますか。（○は1つ）

夕食の摂取状況で、「いつも食べる」、「食べる方が多い」、「食べない方が多い」と回答した方に主食、主菜、副菜をそろえた夕食の頻度をたずねた。その結果、「いつも食べる」が65.1%で最も高く、次いで「食べる方が多い」が25.5%、「食べない方が多い」が6.9%となっている。

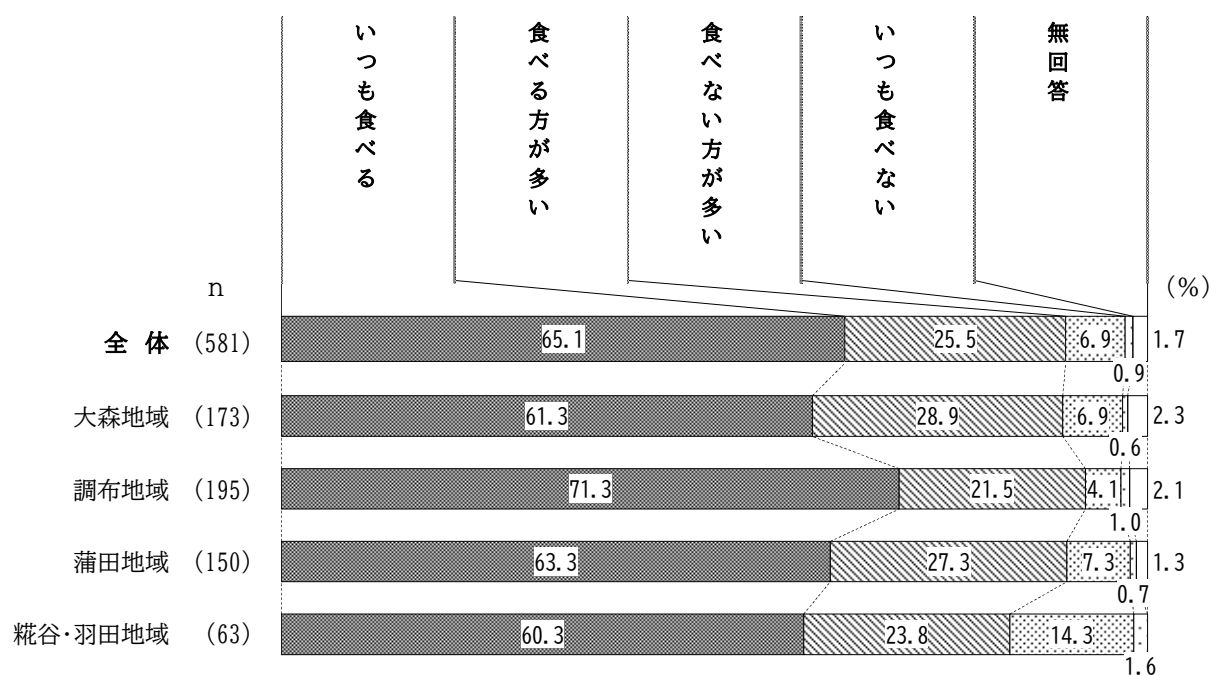
性別でみると、特に大きな違いはみられない。



第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

【地域別】

地域別でみると、「いつも食べる」が調布地域で71.3%と最も高くなっている。また、「食べる方が多い」がいずれの地域でも2割台となっており、大森地域で28.9%、蒲田地域で27.3%と並んでいる。一方、「食べない方が多い」が糀谷・羽田地域で14.3%と他の地域に比べて高くなっている。



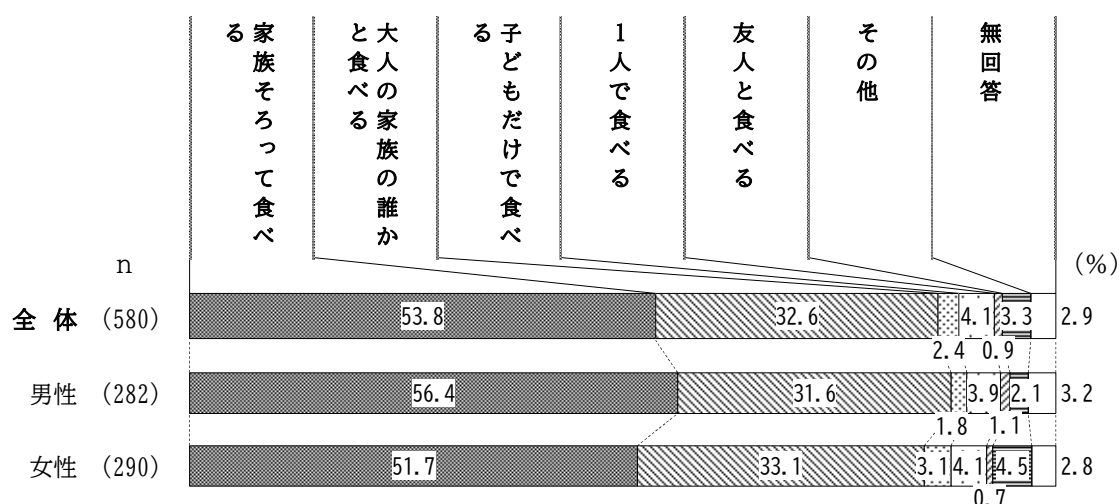
(4) 夕食を一緒に食べる相手

（問10で「1 いつも食べる（週に5日以上）」、または「2 食べる方が多い（週に3～4日）」と回答した方におたずねします。）

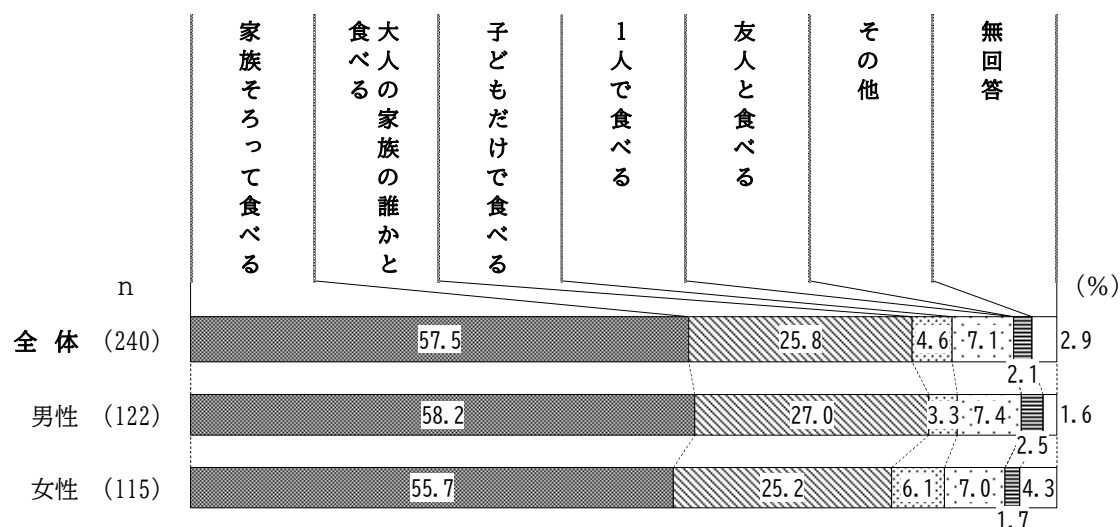
問10-2 夕食はいつも誰と食べることが多いですか。（○は1つ）

夕食の摂取状況で、「いつも食べる」または「食べる方が多い」と回答した方に夕食を一緒に食べる相手をたずねた。その結果、「家族そろって食べる」が53.8%で最も高く、次いで「大人の家族の誰かと食べる」が32.6%、「1人で食べる」が4.1%、「子どもだけで食べる」が2.4%となっている。

性別でみると、特に大きな違いはみられない。



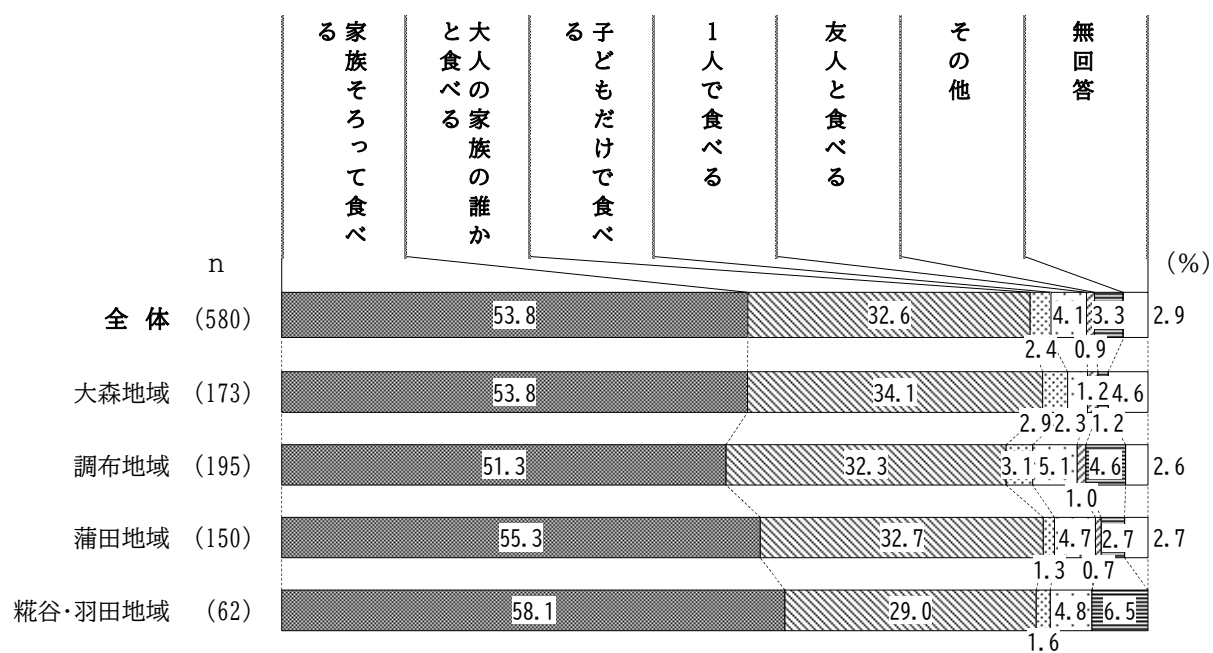
【参考：平成29年 中学1年生の食生活の実態調査（大田区）】



第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

【地域別】

地域別でみると、「家族そろって食べる」がいずれの地域でも過半数を占めており、糀谷・羽田地域で58.1%と最も高くなっている。



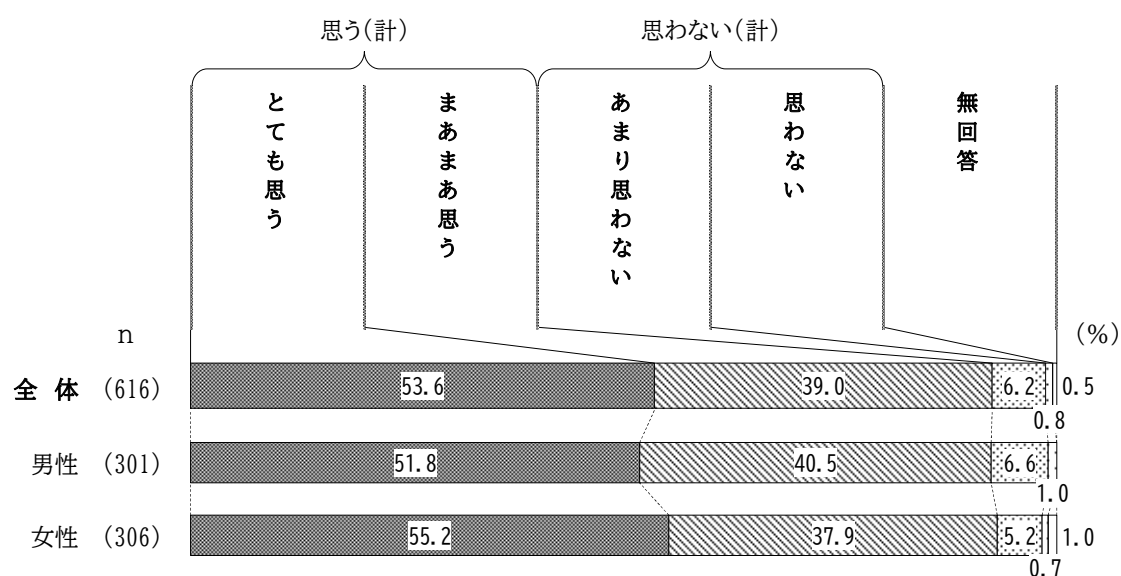
(5) 食事を残したときに、「もったいない」と思う頻度

問11 食事を残したときに、「もったいない」と思いますか。（○は1つ）

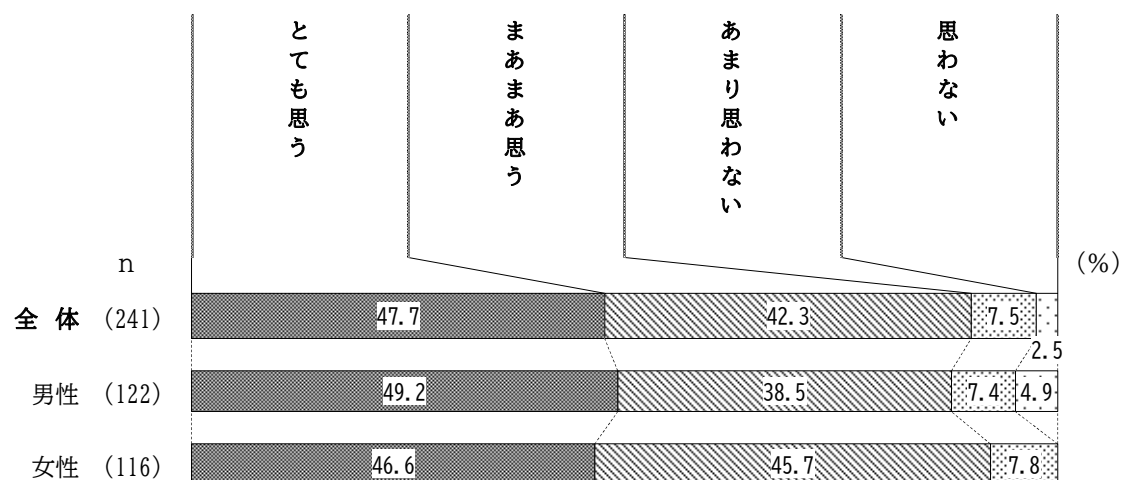
食事を残したときに、「もったいない」と思う頻度は、「とても思う」（53.6%）と「まあまあ思う」（39.0%）を合わせて、《思う（計）》は92.6%となっている。

一方、「あまり思わない」（6.2%）と「思わない」（0.8%）を合わせて、《思わない（計）》は7.0%となっている。

性別でみると、特に大きな違いはみられない。



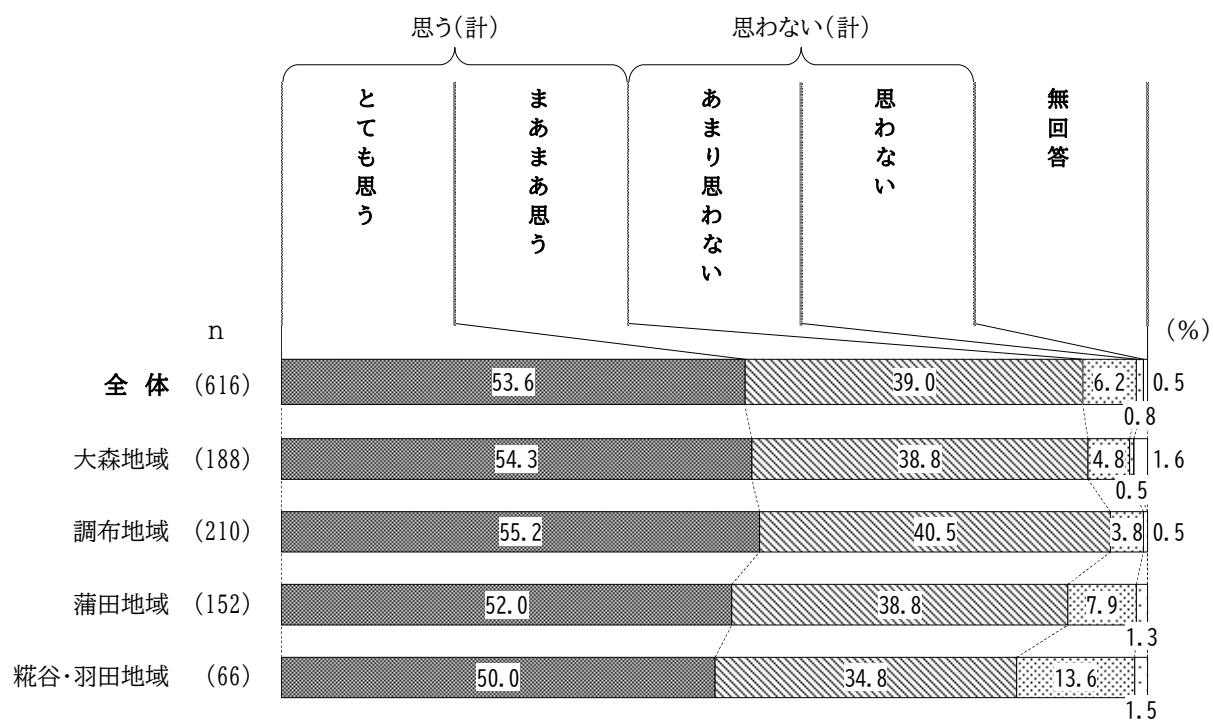
【参考：平成29年 中学1年生の食生活の実態調査（大田区）】



第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

【地域別】

地域別でみると、「思う（計）」は大森地域（93.1%）、調布地域（95.7%）、蒲田地域（90.8%）で9割台となっており、調布地域で95.7%と最も高くなっている。一方、「思わない（計）」は糀谷・羽田地域で15.1%と他の地域に比べて高くなっている。



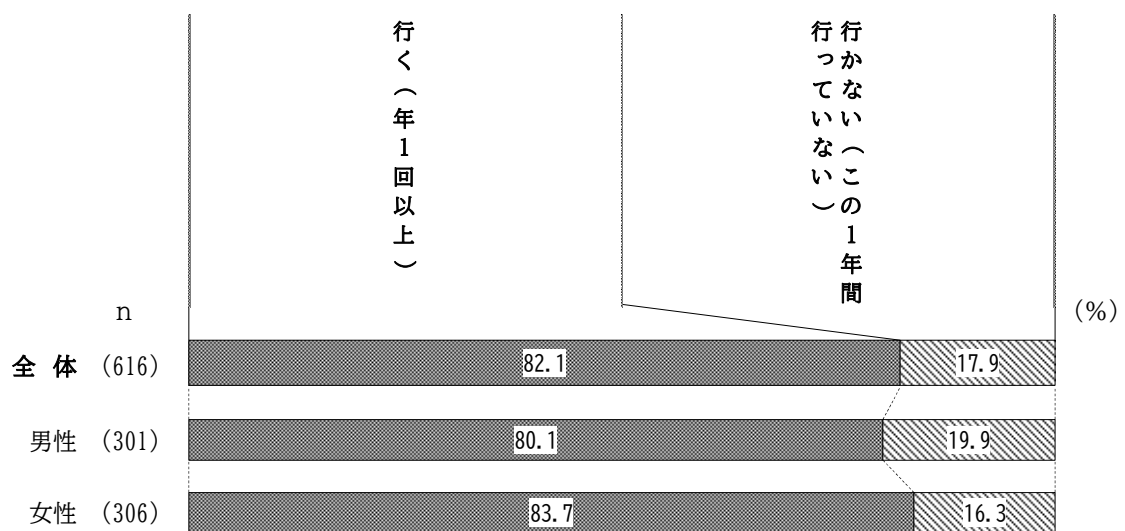
5. 歯の健康について

（1）むし歯以外での歯医者への通院

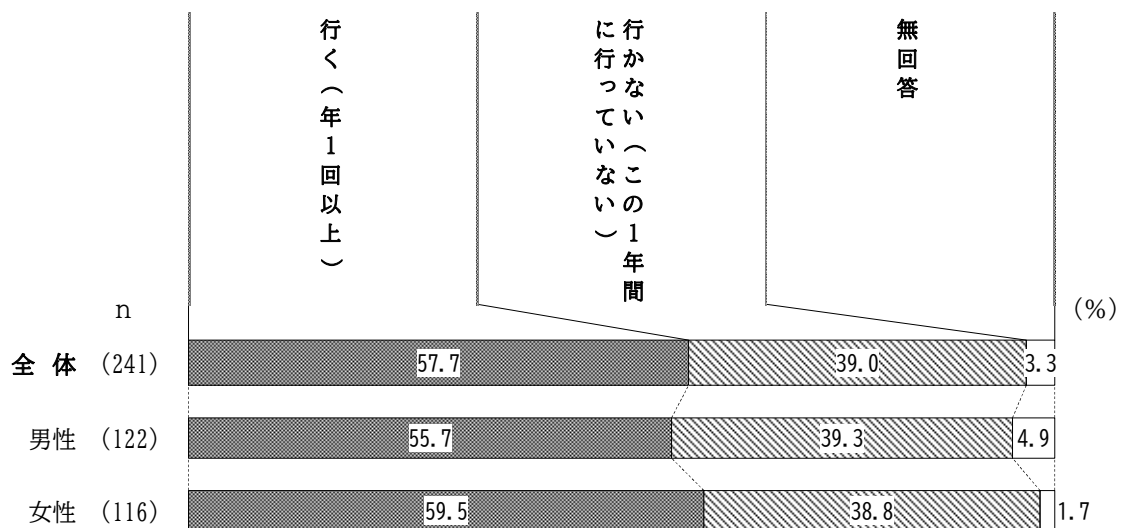
問12 歯医者さんには、むし歯を治してもらう以外に、定期検査やフッ素をぬってもらうなどの理由で行きますか。（○は1つ）

むし歯以外での歯医者への通院は、「行く（年1回以上）」が82.1%、「行かない（この1年間に行ってない）」が17.9%となっている。

性別でみると、特に大きな違いはみられない。



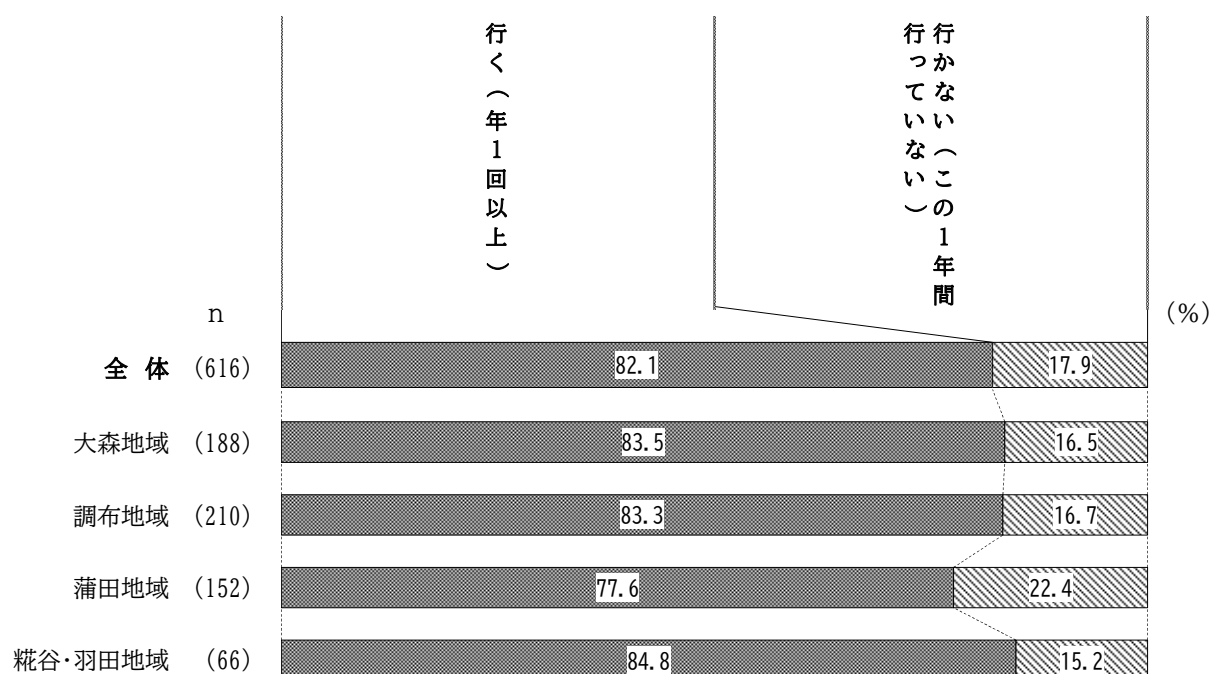
【参考：平成29年 中学1年生の食生活の実態調査（大田区）】



第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

【地域別】

地域別でみると、「行く（年1回以上）」は大森地域（83.5%）、調布地域（83.3%）、糀谷・羽田地域（84.8%）で8割台となっており、糀谷・羽田地域で84.8%と最も高くなっている。一方、「行かない（この1年間行っていない）」は蒲田地域で22.4%と他の地域に比べて高い。

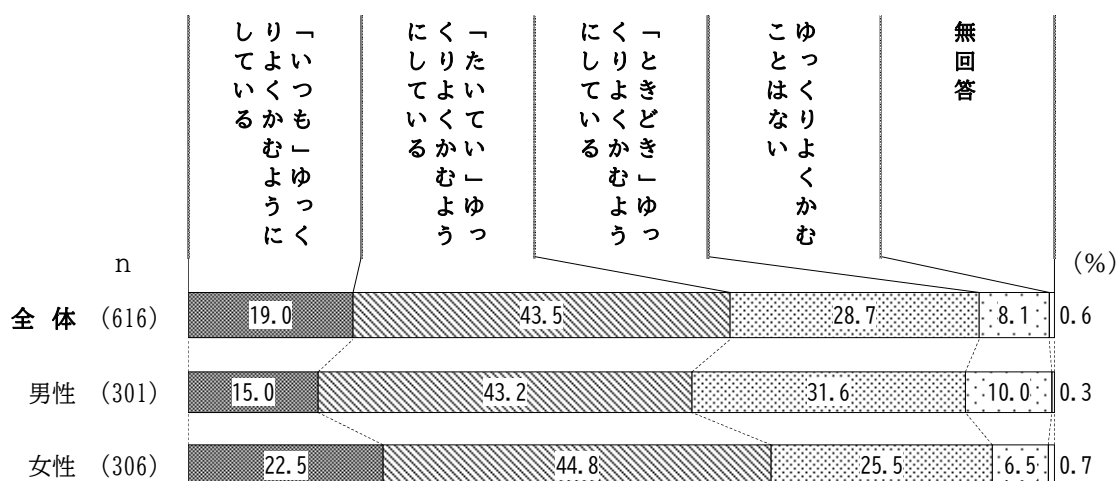


(2) ゆっくりよくかんで食べる状況

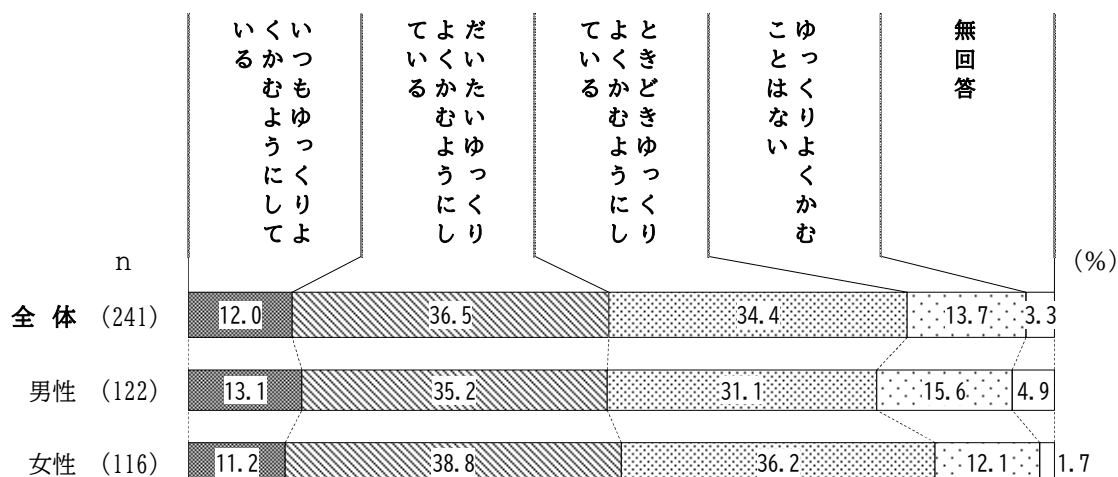
問13 あなたは食べるときに、ゆっくりよくかむようにしていますか。（○は1つ）

ゆっくりよくかんで食べる状況は、「『たいてい』ゆっくりよくかむようにしている」が43.5%で最も高く、次いで「『ときどき』ゆっくりよくかむようにしている」が28.7%、「『いつも』ゆっくりよくかむようにしている」が19.0%、「ゆっくりよくかむことはない」が8.1%となっている。

性別では、「『いつも』ゆっくりよくかむようにしている」（男性：15.0% 女性：22.5%）は、女性の方が男性よりも7.5ポイント高くなっている。「『ときどき』ゆっくりよくかむようにしている」（男性：31.6% 女性：25.5%）は、男性の方が女性よりも6.1ポイント高くなっている。

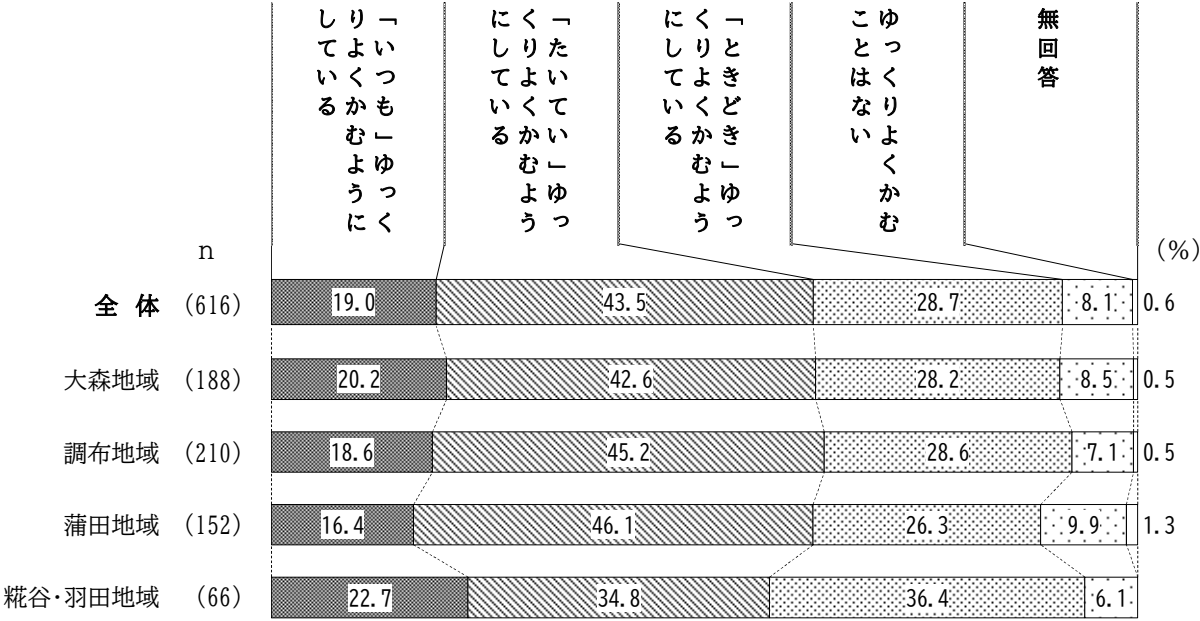


【参考：平成29年 中学1年生の食生活の実態調査（大田区）】



【地域別】

地域別でみると、「『いつも』ゆっくりよくかむようにしている」が糀谷・羽田地域で22.7%と最も高く、大森地域が20.2%で並んでいる。「『たいてい』ゆっくりよくかむようにしている」が大森地域（42.6%）、調布地域（45.2%）、蒲田地域（46.1%）で4割台となっている。また、「『ときどき』ゆっくりよくかむようにしている」が糀谷・羽田地域で36.4%と他の地域に比べて高くなっている。

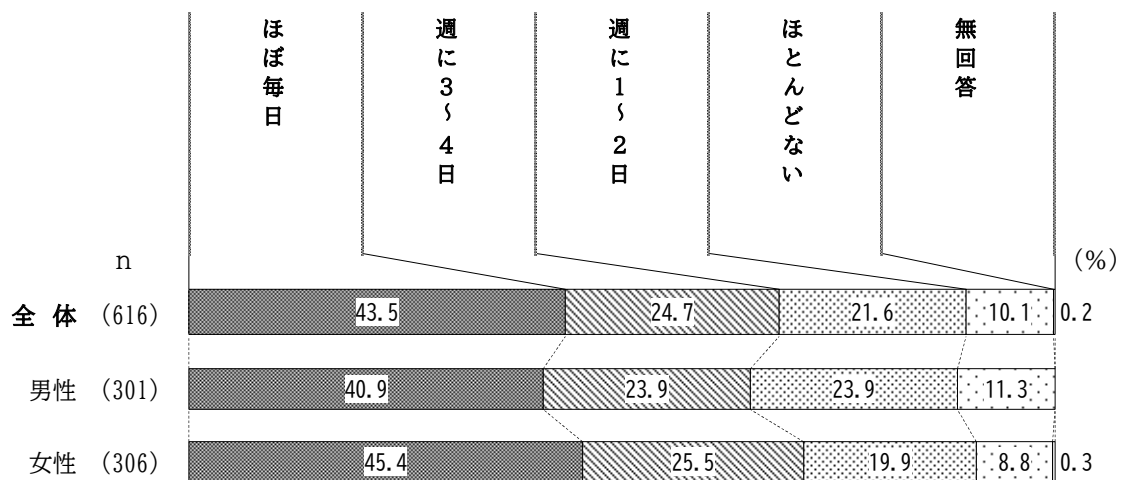


(3) ていねいな歯みがきの習慣

問14 1本ずつていねいに時間をかけた歯みがきをどれくらいしていますか。（○は1つ）

ていねいな歯みがきの習慣は、「ほぼ毎日」が43.5%で最も高く、次いで「週に3～4日」が24.7%、「週に1～2日」が21.6%、「ほとんどない」が10.1%となっている。

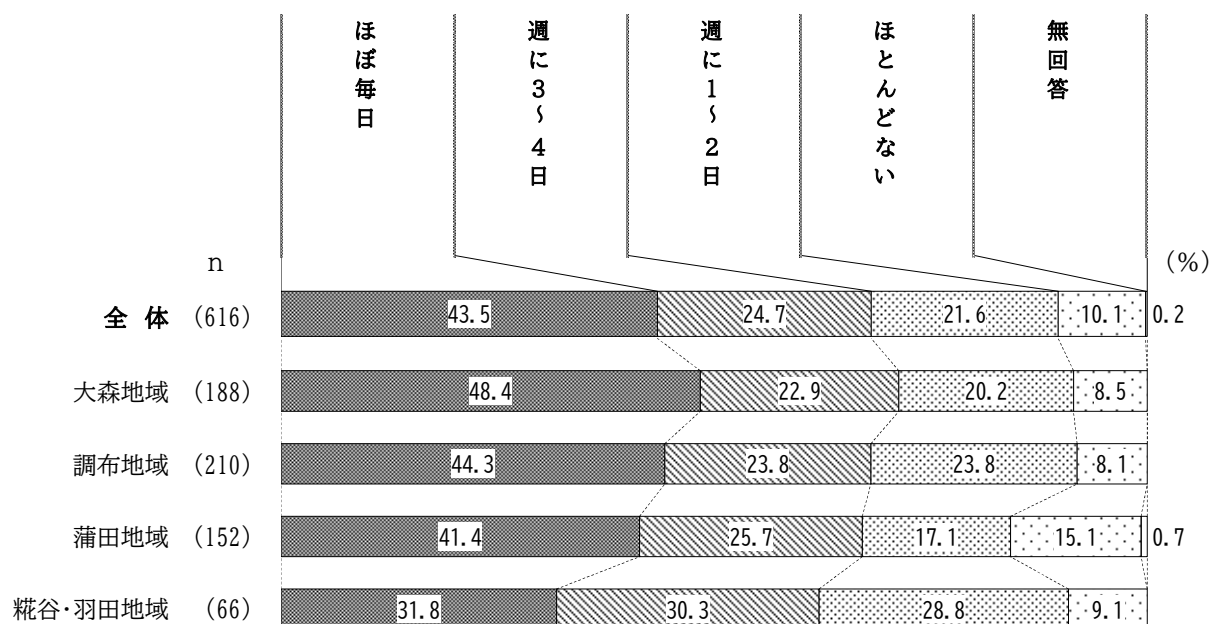
性別でみると、特に大きな違いはみられない。



第3部 健康に関するアンケート調査結果（小学6年生）

【地域別】

地域別でみると、「ほぼ毎日」が大森地域で48.4%と最も高くなっている。糀谷・羽田地域で「週に3～4日」が30.3%、「週に1～2日」が28.8%と最も高くなっている。一方、「ほとんどない」が蒲田地域で15.1%と他の地域に比べて高くなっている。



第4部 資料編

1. 健康に関するアンケート調査票

健康に関するアンケート

ご記入にあたってのお願い

調査は無記名ですので、回答による不利益等は一切ございません。日ごろお感じになっていることを率直にご回答ください。

- ①本調査はインターネットを利用して回答することができます。インターネットで回答した方は、この調査票を返送する必要がありません。下記URLまたは二次元コードを読み取って、ホームページにアクセスしてください。

回答画面URL

<https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/uketsuke/form.do?acs=r6otakenkoplan>

ID :

PASS :



- ②封筒のあて名の方がご回答ください。ただし、何らかのご事情でご本人が記入できない場合は、ご家族の方などの代筆も可能です。
- ③濃い鉛筆もしくは黒または青のボールペンで記入してください。
- ④ご回答は、身長・体重等一部を除き、**選択肢**の中から選んで○印をつけてください。
- ⑤ご回答の○の数は、**設問ごとに表示**していますので、それに合わせてお選びください。
- ⑥「その他」を選ばれた場合は、() 内にその内容を具体的にご記入ください。
- ⑦設問によって回答していただく方が限られる場合があります。**説明文や矢印に従って**お進みください。特に説明等のない場合は、次の設問にお進みください。

ご記入された調査票は、**令和6年9月30日(月)までに**、返信用封筒(無記名・切手不要)に入れて、ポストへ投かんしてください。

この調査票についてご不明な点などございましたら、お手数ですが下記までお問い合わせください。

大田区 健康政策部 健康医療政策課

〒144-8621 大田区蒲田5-13-14

電話：03-5744-1682 FAX：03-5744-1523

<あなた自身について>

基本情報1 あなたの性別に○をつけてください。(○は1つ)

1 男性 2 女性 3 回答しない

基本情報2 あなたの年齢を記入してください。

歳

基本情報3 あなたの就労形態は次のうちどれですか。(○は主なもの1つ)

1 正社員・正職員	6 家族従業員(家業の手伝い)
2 派遣・契約社員	7 家事専業
3 パートタイム・アルバイト	8 学生
4 内職	9 その他()
5 自営業・自由業(農業・漁業を含む)	10 特に何もしていない

基本情報4 あなたの加入している(扶養に入っている)健康保険は何ですか。(○は1つ)

1 大田区国民健康保険	5 共済組合
2 大田区以外の国民健康保険	6 後期高齢者医療制度
3 健康保険組合	7 その他()
4 協会けんぽ	

基本情報5 あなたの身長、体重を分かる範囲で記入してください。

身長 【 . c m】 記入例 166.5 c m

体重 【 . k g】 記入例 64.5 k g

<健診・検診について>

問1 あなたはこの1年間に健康診断(健康診査)を受けましたか(がん検診を除く)。
(○は1つ)

1 受けた(加入している健康保険の健診・職場の健診・人間ドックなど)

2 受けていない ----->問1-1へ

(問1で「2 受けていない」と回答した方におたずねします。)

問1-1 その理由は何ですか。(〇はいくつでも)

- 1 定期的に検査を受けているので、健診の必要性を感じないから
- 2 以前の健診で問題なかったから
- 3 自分は健康だから、健診を受けなくても良いと思うから
- 4 調子が悪くなってから病院に行けばいいから
- 5 「健診を受ける必要がある」という認識がないから
- 6 恥ずかしい思いをする場面を避けたいから
- 7 結果を知るのが不安、怖いから
- 8 健診を受ける機会がないから
- 9 受診方法がわからないから
- 10 費用がかかるから
- 11 土、日、夜間に受診できる場所が少ないから
- 12 時間が取れなかったから
- 13 急用で予約をキャンセルし、そのままになってしまっているから
- 14 面倒だから
- 15 その他 ()

問2 あなたは大田区が実施しているがん検診について知っていますか。(〇は1つ)

- | | |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問3 がん検診の中で1年または2年に1回は受けているものを選んでください。
(〇はいくつでも)

- | | |
|----------|-----------------|
| 1 胃がん検診 | 4 子宮頸がん検診【女性のみ】 |
| 2 大腸がん検診 | 5 乳がん検診【女性のみ】 |
| 3 肺がん検診 | 6 いずれも受けていない |

↓
問3-1へ

(問3で「6 いずれも受けていない」と回答した方におたずねします。)

問3-1 その理由は何ですか。(〇はいくつでも)

- 1 定期的に検査を受けているので、検診の必要性を感じないから
- 2 以前の検診で問題なかったから
- 3 自分は健康だから、検診を受けなくても良いと思うから
- 4 調子が悪くなってから病院に行けばいいから
- 5 「検診を受ける必要がある」という認識がないから
- 6 恥ずかしい思いをする場面を避けたいから
- 7 結果を知るのが不安、怖いから
- 8 検診を受ける機会がないから
- 9 受診方法がわからないから
- 10 費用がかかるから
- 11 土、日、夜間に検診できるところが少ないから
- 12 時間が取れなかったから
- 13 急用で予約をキャンセルし、そのままになってしまっているから
- 14 面倒だから
- 15 その他 ()

問4 あなたは次のことが、がんの発生と関連していることを知っていますか。

(〇はそれぞれ1つずつ)

①喫煙とがん	1 知っている	2 知らない
②飲酒と食道がん、肝臓がん、咽頭がん	1 知っている	2 知らない
③肥満と食道がん、結腸がん、直腸がん	1 知っている	2 知らない
④HPV（ヒトパピローウイルス）と子宮頸がん	1 知っている	2 知らない
⑤ヘリコバクター・ピロリ菌と胃がん	1 知っている	2 知らない
⑥B型・C型肝炎ウイルスと肝臓がん	1 知っている	2 知らない

問5 あなたはがんになっても今までどおり地域で暮らしていけると思えますか。(〇は1つ)

- 1 思う 2 思わない 3 わからない

<食生活について>

問6 あなたは普段朝食をとっていますか。(〇は1つ)

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1 毎日とっている | 3 あまりとっていない(週2～3日) |
| 2 だいたいとっている(週4～6日) | 4 ほとんどとっていない(週1日以下) |

問7 あなたは日頃の食生活で、どんなことに気をつけていますか。(○はいくつでも)

- | | |
|-----------------|--------------------|
| 1 食事は1日3回規則的にとる | 8 家族や友人と食卓を囲む機会を作る |
| 2 食べ過ぎない | 9 伝統的な食文化を大切にする |
| 3 減塩に気をつける | 10 旬のものを食べる |
| 4 脂肪をとり過ぎない | 11 近くの産地のものを選ぶ |
| 5 カルシウムの多い食品をとる | 12 その他 () |
| 6 栄養成分表示を参考にする | 13 意識していることはない |
| 7 食品をむだにしない | |

問8 あなたは、1日に2回以上、主食（ごはん、パン、麺類などの料理）、主菜（魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理）、副菜（野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理）の3つを組み合わせる食べることが週に何日ありますか。最もあてはまるものをお答えください。(○は1つ)

- | | |
|----------|----------|
| 1 毎日 | 3 週に2～3日 |
| 2 週に4～6日 | 4 週に1日以下 |

問9 あなたは、ふだん、1日に野菜料理（野菜を主な材料とした料理）を皿数で数えると何皿食べていますか。最もあてはまるものをお答えください。1皿は、小鉢1個分程度と考えてください。(○は1つ)

- | | | |
|--------|--------|------------|
| 1 7皿以上 | 3 3～4皿 | 5 ほとんど食べない |
| 2 5～6皿 | 4 1～2皿 | |

問10 あなたは、果物を1日当たりどの程度の量、食べていますか。(○は1つ)



- | | | |
|----------------|----------------|-------------|
| 1 200g以上 | 3 100g以上150g未満 | 5 食べない (0g) |
| 2 150g以上200g未満 | 4 100g未満 | |

<健康づくりについて>

問11 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(○は1つ)

- | | | |
|---------|-------------|-----------|
| 1 とてもよい | 3 どちらともいえない | 4 あまりよくない |
| 2 よい | | 5 よくない |

問12 1日30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上していますか。(○は1つ)

- | | | |
|--------|---------|-------------|
| 1 している | 2 していない | ---->問12-1へ |
|--------|---------|-------------|

(問12で「2 していない」と回答した方におたずねします。)

問12-1 どうすれば運動しようと思いますか。(○はいくつでも)

- 1 仲間と一緒に運動できる
- 2 運動すると割引券などの優待が受けられる
- 3 仕事や家事の間でできる運動を知る
- 4 運動不足によって起こる病気を知る
- 5 運動することで得られる効果を知る
- 6 休みの日に運動イベントや運動する場所がある
- 7 住んでいる地域の健康に関する課題を知る(生活している地域に高血圧の人が
多いなど)
- 8 その他()
- 9 運動するつもりはない

問13 平均すると1日に合計で何歩くらい歩きますか。(10分=1,000歩)

※運動だけでなく、家事や仕事、犬の散歩等、日常生活における移動も含めます。

(○は1つ)

- | | | |
|------------------|------------------|------------------|
| 1 4,000歩未満 | 3 5,000~6,000歩未満 | 5 7,000~8,000歩未満 |
| 2 4,000~5,000歩未満 | 4 6,000~7,000歩未満 | 6 8,000歩以上 |

問14 あなたは、この1年間に自主的に行われている次のような活動に参加したことがありますか。(○はいくつでも)

<活動例>

生産・就業：生きがいのための園芸・飼育、シルバー人材センター等

生活環境改善：環境美化・緑化推進・まちづくり等

安全管理：交通安全・防犯・防災等

- | | | |
|-----------|----------|--------------------|
| 1 趣味 | 5 生活環境改善 | 9 参加したものはない |
| 2 健康・スポーツ | 6 安全管理 | 10 グループや自主的活動を知らない |
| 3 生産・就業 | 7 福祉・保健 | |
| 4 教育・文化 | 8 地域行事 | |

<妊娠・出産について>

問15 妊娠・出産に関する相談ができる場所について、知っている場所はどこですか。
(○はいくつでも)

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1 保健所（地域健康課） | 5 産婦人科 |
| 2 子ども家庭支援センター | 6 メール相談（妊娠SOS等） |
| 3 児童館 | 7 その他（ ） |
| 4 小児科 | 8 どこも知らない |

<こころの健康について>

問16 ここ1か月間、あなたの1日の平均睡眠時間は、どれくらいですか。(○は1つ)

- | | | | | | |
|---|------------|---|------------|---|------------|
| 1 | 5時間未満 | 3 | 6時間以上7時間未満 | 5 | 8時間以上9時間未満 |
| 2 | 5時間以上6時間未満 | 4 | 7時間以上8時間未満 | 6 | 9時間以上 |

問17 ここ1か月間、あなたは睡眠で休養が十分に取れていますか。(○は1つ)

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 十分とれている | 3 あまりとれていない |
| 2 まあまあとれている | 4 まったくとれていない |

問18 あなたは最近1か月間に（不満、悩み、苦労などによる）ストレスを感じたことがありましたか。（○は1つ）

- 1 常にあった
2 時々あった
- 問18-1へ
- 3 あまりなかった
4 まったくなかった

(問18で「1 常にあった」または「2 時々あった」と回答した方におたずねします。)

問18-1 ストレスを解消するために意識的に何かしていますか。(○はいくつでも)

- | | | | |
|---|------------------|---|-------------|
| 1 | 家族や友人などの親しい人と話す | 6 | よく睡眠をとる |
| 2 | スポーツ、散歩などで身体を動かす | 7 | 医師や専門家に相談する |
| 3 | 趣味で気分転換を図る | 8 | その他 |
| 4 | お酒を飲んで気分転換を図る | (|) |
| 5 | 食事や買い物などで発散する | 9 | 何もしていない |

問19 あなたはストレス等が長引いてところが不調なとき、だれかに相談できますか。
(○は1つ)

- 1 できる 2 できない 3 わからない

<自殺対策について>

問20 こころの健康や自殺に関する相談先について知っているものはどれですか。
(○はいくつでも)

- | | | |
|--------|--------|--------------|
| 1 医療機関 | 3 民間団体 | 5 知っているものはない |
| 2 行政機関 | 4 産業医 | |

問21 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた場合、適切だと思う対応は次のうちどれですか。(○はいくつでも)

- | |
|-----------------------------------|
| 1 話をそらさずじっくりと聞く |
| 2 話題を変える |
| 3 「がんばって生きよう」と励ます |
| 4 医療機関への受診を促す |
| 5 相談窓口(行政機関、民間団体、産業医など)に相談するよう勧める |
| 6 何もしない |
| 7 どうしたらよいかわからない |

<アルコール・たばこについて>

問22 あなたは1日あたりどのくらいのお酒を飲みますか。(○は1つ)

<日本酒1合(180ml)と同じ量>

- ・ビール及び発泡酒：中瓶・缶(500ml)1本、缶(350ml)1.4本
・焼酎：0.5合 ・ワイン：2杯(240ml) ・ウイスキー：ダブル1杯

- | | |
|-----------------|---------------|
| 1 日本酒にして0.5合くらい | 4 日本酒にして2合くらい |
| 2 日本酒にして1合くらい | 5 日本酒にして3合以上 |
| 3 日本酒にして1.5合くらい | 6 飲酒の習慣はない |

問23 あなたはたばこを吸っていますか。※電子タバコ、加熱式タバコを含めます。
(○は1つ)

- | | | |
|-----------|---------------|------------|
| 1 現在吸っている | 2 以前吸っていたがやめた | 3 吸ったことはない |
|-----------|---------------|------------|

問24 1年以内に、受動喫煙を経験された場所があれば教えてください。(○はいくつでも)

- | |
|----------------------------|
| 1 路上及び事業所の敷地内屋外 |
| 2 飲食店内 |
| 3 自身が勤務する事業所内 |
| 4 学校、病院、児童福祉施設、行政機関の庁舎の敷地内 |
| 5 その他 () |
| 6 ない |

問25 「慢性閉塞性肺疾患（COPD）」について、あなたはこの病気を知っていましたか。この中からあてはまるものを1つお選びください。（○は1つ）

- 1 言葉だけでなく内容も知っている 2 言葉だけ知っている 3 知らない



COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは

喫煙などが原因で気管支や肺に慢性の炎症が起こり空気の出し入れが障害される病気です。肺の生活習慣病とも呼ばれます。

<歯の健康について>

問26 デンタルフロスや歯間ブラシを週1回以上使用していますか。（○は1つ）

- 1 使用している 2 使用していない

問27 歯周病について、以下のことを知っていますか。（○はそれぞれ1つずつ）

①喫煙は歯周病を進行させる要因である	1 知っている 2 知らない
②糖尿病に罹患している人は歯周病にかかりやすい	1 知っている 2 知らない
③歯周病は糖尿病自体に悪影響を及ぼす	1 知っている 2 知らない

問28 あなたは固いものでもよく噛んで食べることができますか。（○は1つ）

- 1 何でもよく噛んで食べることができる 3 噛めない食べ物が多い
2 一部噛めない食べ物がある 4 噛んで食べることはできない

問29 オーラルフレイルを知っていますか。（○は1つ）

- 1 知っている ----->問29-1へ 2 知らない



オーラルフレイルとは

老化に伴う様々な口腔の状態（歯数・口腔衛生・口腔機能など）の変化に、口腔の健康への関心の低下や心身の予備能力低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる機能障害へ陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまでつながる一連の現象および過程のことをいいます。

(問29で「1 知っている」と回答した方におたずねします。)

問29-1 オーラルフレイル予防は誤えん性肺炎の予防も目的としています。

あなたは歯磨きなどの口腔ケアが誤えん性肺炎を予防することを知っていますか。(○は1つ)

1 知っている

2 知らない



誤えん性肺炎とは

食べ物や唾液と混ざった口の中の細菌が誤って肺に入ってしまうことにより起こる肺炎のことです。

<感染症対策について>

問30 あなたは結核について次のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

①症状は2週間以上続く咳、痰、息苦しさ、 体重減少などである	1 知っている	2 知らない
②日本では現在も多くの患者が発生している	1 知っている	2 知らない
③半年から1年程度薬を飲めば治すことができる	1 知っている	2 知らない

問31 あなたはHIV／エイズについて次のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

①血液検査で発見できる	1 知っている	2 知らない
②全国の保健所で無料で検査ができる	1 知っている	2 知らない
③早期に発見し治療すれば普通の生活ができる	1 知っている	2 知らない
④予防にはコンドームが有効である	1 知っている	2 知らない

問32 あなたは感染症の予防のために以下のことを実践していますか。(○はいくつでも)

- 1 調理前、食事前、トイレの後などに手洗いまたは消毒をしている
- 2 咳・くしゃみなどの症状があるときに咳エチケット（マスクの着用、ハンカチで口を覆うなど）をしている
- 3 定期的に、窓やドアを開けて換気をしている
- 4 その他（ ）
- 5 何もしていない

<地域医療について>

問33 以下について、お答えください。(○はそれぞれ1つずつ)

①かかりつけ医	1 いる	2 いない
②かかりつけ歯科医	1 いる	2 いない
③かかりつけ薬局	1 いる	2 いない

(問33の②かかりつけ歯科医で「1 いる」と回答した方におたずねします。)

問33-1 かかりつけ歯科医で、年1回以上の定期検診を受けていますか。(○は1つ)

1 受けている	2 受けていない
---------	----------

問34 大田区や東京都では、夜間や休日に病気や歯痛になった時に休日診療や相談などの事業を実施しています。あなたは次のことについて知っていますか。

(○はそれぞれ1つずつ)

①大田区子ども平日夜間救急室	1 知っている	2 知らない
②医師会や歯科医師会の療養所	1 知っている	2 知らない
③救急車を呼ぶかどうか迷った時の相談(＃7119)	1 知っている	2 知らない
④小児救急相談(＃8000)	1 知っている	2 知らない
⑤医師会の在宅医療連携調整窓口	1 知っている	2 知らない

問35 「緊急医療救護所」は、地震など大規模災害時に、病院の門前などで負傷者の治療の優先度をつけたり、軽症者の治療を行うために設置されます。

あなたは緊急医療救護所を知っていますか。(○は1つ)

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問36 あなたは在宅医療の制度や仕組みについて知っていますか。(○は1つ)

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問37 大田区や東京都では、区民の誰もが身近な環境で診療や健康相談ができるよう、医療機関・相談窓口等に関する情報提供を実施しています。

あなたは、以下のサービスや情報誌等について知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

①おおた医療BOOK	1 知っている	2 知らない
②在宅医療ガイドブック	1 知っている	2 知らない
③在宅医療相談窓口	1 知っている	2 知らない
④高齢者ほっとテレフォン	1 知っている	2 知らない
⑤東京都医療情報ネット (旧：東京都医療機関案内サービス「ひまわり」)	1 知っている	2 知らない

<生活衛生対策について>

問38 食品衛生で注意していることはありますか。(○はいくつでも)

- 1 食品添加物の有無を確認する
- 2 アレルギー物質の使用の有無を確認する
- 3 生の肉・魚に触った後には手を洗う
- 4 肉の生食はしない
- 5 熱湯・塩素系漂白剤で調理器具類を消毒する
- 6 開封・開栓したものは、期限内でも早めに使い切る
- 7 その他 ()
- 8 特にない

<すべての方におたずねします>

問39 心身ともに健やかな人生100年時代を送るためには、何が大切だと思いますか。ご自由にご記入ください。

問40 その他、健康に関することで区に対するご意見がございましたら、ご記入ください。

アンケートは以上です。お忙しいところ、ご協力ありがとうございました。

同封の返信用封筒(無記名・切手は不要です)に入れ、

令和6年9月30日(月)までにご投かんください。

2. 健康に関するアンケート（小学6年生）調査票

健康に関するアンケート

ご記入にあたってのお願い

回答は名前を書かずにを行うため、誰が回答したかわかりません。この調査に回答するかどうかは、あなたの自由です。答えたくない設問だけを答えないこともできます。

- ①封筒のあて名の方がご回答ください。回答に困った時は、ご家族の方に相談しても大丈夫です。
- ②濃いえんぴつもしくは黒または青のボールペンで記入してください。
- ③ご回答は、身長・体重以外は選択肢の中から選んで○印をつけてください。
- ④「その他」を選んだ場合は、（ ）内にその内容をくわしく書いてください。
- ⑤設問によって回答する人が違う場合があります。説明文や矢印に従ってお進みください。特に説明等のない場合は、次の設問にお進みください。

ご記入された調査票は、令和6年10月18日（金）までに返信用封筒に入れて、**切手を貼らずに**ポストへ投かんしてください。

ご住所やお名前は書かないでください。

この調査票についてご不明な点などございましたら、お手数ですが下記までお問い合わせください。

大田区 健康政策部 健康医療政策課

〒144-8621 大田区蒲田5-13-14

電話：03-5744-1682 FAX：03-5744-1523

<あなた自身について>

基本情報1 あなたの性別に○をつけてください。(○は1つ)

- | | | |
|------|------|---------|
| 1 男性 | 2 女性 | 3 回答しない |
|------|------|---------|

基本情報2 あなたの身長、体重を分かる範囲で記入してください。

身長	【	.	cm】	記入例	144.7cm
体重	【	.	kg】	記入例	37.3kg

<日頃の生活について>

問1 1日の睡眠時間(平日)はどのくらいですか。(○は1つ)

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 6時間未満 | 3 9時間以上12時間未満 |
| 2 6時間以上9時間未満 | 4 12時間以上 |

問2 あなたは最近1か月間に、悩みや不安、ストレスなどを感じたことはありましたか。
(○は1つ)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1 いつもあった | 3 あまりなかった |
| 2 ときどきあった | 4 なかった |

問3 運動やスポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます。)
(○は1つ)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1 週に3日以上 | 3 月に1～3日くらい |
| 2 週に1～2日くらい | 4 しない |

問4 運動やスポーツをするときは、1日にどのくらいの時間しますか。(学校の体育の授業をのぞきます。)(○は1つ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 30分未満 | 3 1時間以上2時間未満 |
| 2 30分以上1時間未満 | 4 2時間以上 |

問5 現在のあなたの健康状態はいかがですか。(○は1つ)

- | | | |
|---------|-------------|-----------|
| 1 とてもよい | 3 どちらともいえない | 4 あまりよくない |
| 2 よい | | 5 よくない |

問6 大人になっても健康でいるために、次のことに気を付けていますか。

(○はそれぞれ1つずつ)

	とても 気を付けて いる	少し 気を付けて いる	あまり 気を付けて いない	気を付けて いない
①体を動かす遊びをする	1	2	3	4
②TVやゲームの時間を決めている	1	2	3	4
③1日3食、栄養バランスよく 食べるようにしている	1	2	3	4
④菓子類を食べすぎない	1	2	3	4
⑤ジュースではなくお茶や水を飲む	1	2	3	4
⑥早寝早起きをする	1	2	3	4

<こころの健康について>

問7 小学校高学年のころから、からだやこころが変化することを知っていますか。

(○は1つ)

- 1 からだが変化することは知っている
- 2 こころが変化することは知っている
- 3 からだもこころも変化することを知っている
- 4 知らない

問8 あなたは困ったり悩んだとき、だれかに相談できますか。(○は1つ)

- 1 できる
- 2 できない
- 3 わからない

<食生活について>

問9 あなたは、朝食をいつも食べますか。(○は1つ)

- 1 いつも食べる(週に5日以上)
- 2 食べる方が多い(週に3～4日)
- 3 食べない方が多い(週に1～2日)
- 4 いつも食べない

問10 あなたは、夕食をいつも食べますか。(○は1つ)

- | | | |
|---|-------|--------------|
| <ol style="list-style-type: none"> 1 いつも食べる(週に5日以上) 2 食べる方が多い(週に3～4日) | ----> | 問10-1、問10-2へ |
| <ol style="list-style-type: none"> 3 食べない方が多い(週に1～2日) | --> | 問10-1へ |
| <ol style="list-style-type: none"> 4 いつも食べない | | |

(問10で「1 いつも食べる(週に5日以上)」、「2 食べる方が多い(週に3～4日)」、「3 食べない方が多い(週に1～2日)」と回答した方におたずねします。)

問10-1 夕食は、主食(ごはん、パンなど)、主菜(肉、魚、卵、豆腐など)、副菜(野菜、きのこ、海藻など)の3つをそろえて食べていますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------|------------|
| 1 いつも食べる | 3 食べない方が多い |
| 2 食べる方が多い | 4 いつも食べない |

(問10で「1 いつも食べる(週に5日以上)」、または「2 食べる方が多い(週に3～4日)」と回答した方におたずねします。)

問10-2 夕食はいつも誰と食べることが多いですか。(○は1つ)

- | | |
|----------------|----------|
| 1 家族そろって食べる | 4 1人で食べる |
| 2 大人の家族の誰かと食べる | 5 友人と食べる |
| 3 子どもだけで食べる | 6 その他() |

ここから、再びすべての方にお聞きします。

問11 食事を残したときに、「もったいない」と思いますか。(○は1つ)

- | | | | |
|---------|----------|-----------|--------|
| 1 とても思う | 2 まあまあ思う | 3 あまり思わない | 4 思わない |
|---------|----------|-----------|--------|

<歯の健康について>

問12 歯医者さんには、むし歯を治してもらう以外に、定期検査やフッ素をぬってもらうなどの理由で行きますか。(○は1つ)

- | | |
|-------------|---------------------|
| 1 行く(年1回以上) | 2 行かない(この1年間行っていない) |
|-------------|---------------------|

問13 あなたは食べるときに、ゆっくりよくかむようにしていますか。(○は1つ)

- | |
|-------------------------|
| 1 「いつも」ゆっくりよくかむようにしている |
| 2 「たいてい」ゆっくりよくかむようにしている |
| 3 「ときどき」ゆっくりよくかむようにしている |
| 4 ゆっくりよくかむことはない |

問14 1本ずついねいに時間をかけた歯みがきをどれくらいしていますか。(○は1つ)

- | | | | |
|--------|----------|----------|----------|
| 1 ほぼ毎日 | 2 週に3～4日 | 3 週に1～2日 | 4 ほとんどない |
|--------|----------|----------|----------|

アンケートは以上です。お忙しいところ、ご協力ありがとうございました。

健康に関するアンケート調査報告書

令和7年2月発行

【発行】大田区 健康政策部 健康医療政策課

〒144-8621 東京都大田区蒲田5-13-14

TEL:03-5744-1682

FAX:03-5744-1523